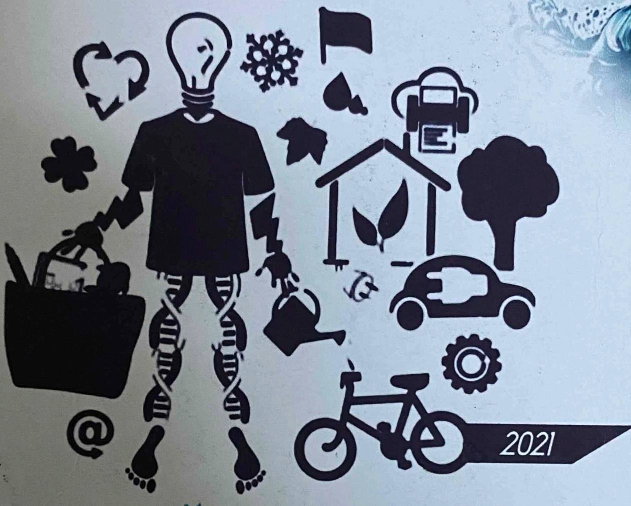


مایند پاڵاس

ڕێگەیەکی ئاسان بۆ لەبەرکردن

الند عطا

مایند پالاس

هەموو ئەو ناوچانەی تێیدا ژیاویت
ئێستا کەرەستەیەکن بۆ لەبەرکردنی
بابەتەکانت

تەکنیکەکە لە لاپەڕە (٢٣) ەوە دەست پێ ئەکات

ARINA PRESS

ناسنامەی کتێب

تەکنیکی مایند پاڵاس

- ئامادەکردنی : الند عطا
- بابەت : زانستی
- نەخشەسازی وبەرگ : الند عطا
- نۆبەتی چاپ : چاپی یەکەم
- تیراژ: ۱۰۰۰
- ساڵی چاپ : ۲۰۲۲
- شوێنی چاپ : چاپەمەنی ئارینا

لە بەڕێوەبەرایەتی گشتی کتێبخانە گشتییەکان ژمارە سپاردنی (   ) ی ساڵی (   )ی پێدراوە

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَٰئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا

(الإسراء : ٣٦)

پێڕست

پێشەکی

خوێندکارێك کە هەمیشە بە خۆی دەگوت "قوتابخانە شوێنی من نییە" ، بە جۆرێك ئەم قسەیە بەتەواوەتی ژیانی خوێندنی داگیر کردبوو ئەمەش بەهۆی نەبوونی جۆش و خرۆشی بۆ تێگەیشتن لەو بابەتانەی لە مەنهەجی خوێندنا دەوترانەوە .

هەر لە یەکی سەرەتاییەوە بێزار بوو لەدەست زۆری و ئاڵۆزی وانەکان ، ئەم چیرۆکە بەردەوام بوو تاکو قۆناغی ٣ ی زانکۆ ، لە کاتێکدا ئەم خوێندکارە چەندەها ساڵ گرفتی خوێندنی هەبوو، ویستی بۆ کەمێکیش بێت لە کۆتا دوو ساڵی خوێندنی زانکۆیدا نمرەکانی باشتر بکات ، بۆ ئەم مەبەستە هەڵستا بە چڕکردنەوەی کاتەکانی خوێندنی لە وانەکان ، لەبەر ئەوەی مەنهەجی خوێندنەکەی ٩٠٪ لەبەرکردن بوو ، وە بە زمانی ئینگلیزی دەوترایە ئەمە پەستانی زۆری خستبوویە سەر خوێندکارانی بەشەکە و بە تایبەت ئەم خوێندکارە.

بەجۆرێك بێزارببوو لە دەست لەبەرکردن ، لە قۆناغی ٣ی ئامادەییدا شایی دەگێرا لەوەی لە دەست وانەی کۆمەڵایەتی ڕزگاری بووە کە وانەکە پێکهاتبوولە ناو و بەرواری ئاڵۆز ، وە دەبوو خوێندکاران لەبەری بکەن .

ئەمە وای کرد ئەم خوێندکارە لە دوو قۆناغی کۆتایی زانکۆدا بەدوای ڕێگا چارەیەکدا بگەڕێت ، ویستی بۆ جارێکیش بێت تامی نمرەی بەرز و سەرکەوتن بکات لە خوێندندا ، بۆیە دەستی کرد بە نزا و پاڕانەوە و داواکردن لە یەزدانی مەزن ئەو دەسەڵاتەی کار و بارەکان بۆ بەندەکانی ئاسان دەکات ، هەروەك لە

"إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ "،
کتێبە پیرۆزەکەیدا دەفەرموێت
ئەم خوێندکارە لە دڵەوە دەیویست نمرەکانی چاك بکات ، هەرچەندە حەزی
بۆ خوێندنیش نەبوو ، بۆیە هەوڵەکانی چڕکردەوە و الله عزە وجل ئەو بەڵێنەی
لە ئایەتەکەیدا دابووی هێنایە دی .
لە کاتی تاقیکردنەوەکاندا ، ئەم خوێندکارە بە دڵەڕاوێکەوە بە ناو مەڵپەڕی و
یوتوب و کتێبە ئەلیکترۆنییەکاندا دەگەڕا تاکو ڕێگەیەکی خێراتر و کاریگەرتر
بدۆزێتەوە بۆ لەبەرکردن ، موعجیزە ئاسا بابەتێکی سەرنج ڕاکێش دەکەوێتە
پێشە چاوی بە ناوی (مایند پالاس).
ئەم خوێندکارە لە قۆناغی ١ و ٢ ی زانکۆ نمرەکانی لە نێوانی ٥٠-٦٠ ،بەلام لە
قۆناغی سێدا ، لە ڕێی بەکارهێنانی تەکنیکێکەوە نمرەکەی بە جۆرێك
بەرزبویەوە کە بوو بە سێهەمی بەشەکەی، واتە تێکڕای نمرەکانی گەیشتە
٨٥-٩٠ ، وە لە قۆناغی چواردا نمرەکانی لە هەمان ئاستدا مانەوە ، کە ئەمە
زۆرە زۆرە بۆ خوێندکارێك کە تەنها لە کاتی تاقیرکردنەوەکاندا دەیخوێند و لە
کاتی دەوامی ئاساییدا کاری دەکرد.

هەر بۆیە بە پێویستی زانی لەم ڕۆزییەی خودای گەورە ببەخشێت تاکو
خەڵکانی تریش سوودی لێ ببینن وەك خودا دەفەرموێت :

(لَن تَنَالُوا الْبِرَّ حَتَّىٰ تُنفِقُوا مِمَّا تُحِبُّونَ ۚ وَمَا تُنفِقُوا مِن شَيْءٍ فَإِنَّ اللَّهَ بِهِ عَلِيمٌ
(ال عمران :٩٢)

وَأَنفِقُوا مِن مَّا رَزَقْنَاكُم مِّن قَبْلِ أَن يَأْتِيَ أَحَدَكُمُ الْمَوْتُ فَيَقُولَ رَبِّ لَوْلَا أَخَّرْتَنِي إِلَىٰ أَجَلٍ
قَرِيبٍ فَأَصَّدَّقَ وَأَكُن مِّنَ الصَّالِحِينَ (المنافقون : ١٠)

چۆن بزانین ئەم کتێبە بۆ تۆیە

- گرفتت هەبووە لەلەبەرکردنی وانەکانی خوێندن ؟
- کاتێکی زۆرت دەوێت بۆ لەبەرکردنی بابەتێك ؟
- گرفتت هەبووە لەلەبەرکردنی وتارو نووسینەکانی زانکۆ ؟
- ئەتەوێت نمرەکانت باشتر بکەیت ؟
- دەقەکانت بۆ لەبەر ناکرێت؟

ئەگەر وەڵامت (بەڵێ) بوو بۆ یەکێك لەم پرسیارانە ئەوا ئەم کتێبە بەسوود دەبێت بۆت .

خەڵکێکی زۆر بۆ لەبەرکردنی بابەتەکانیان هەڵدەستن بە ووتنەوە بابەتەکە چەند جارێك کە ئەمە ڕێگەیەکی تاقەت پروکێنەرە.

ڕێگەی زۆر کاریگەر تر و خێراتر هەیە کە لەم کتێبەدا بۆ خوێنەری ئازیز دەخرێتە ڕوو.

دوای خوێندنەوەی ئەم پەرتوکە

١. چەند تەکنیکێك فێردەبیت کە لە ١٠٪ی خەڵك ئاشنان پێی

٢. نمرەکانت بەشێوەیەکی سەرسورهێنەر بەرز دەبنەوەو کێبرکێ دەکەیت بۆ یەکەمی بەبێ گوێدان بەوەی لە ڕابردوودا خوێندکارێکی چۆن بوویت .

٣. بەهێز دەبیت لە وتاردانندا

٤. بەئاسانی شیعر و کتێب لیست لەبەر دەکەیت

٥. ترس و دڵەراوکێت نامێنێت لەلەبیرچونەوە

٦. بابەتەکان خێراتر لەبەردەکەیت وەك لە خوێندکارێکی تر .

٧. یارمەتیت دەدات لەکاتی لەبەرکردندا چێژ لە بابەتەکان وەربگریت .

ڕێگەیەکی ئاسان هەیە بۆ هەموو کارێک

خوای گەورە ئەفەرموێت "يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ" وە لە باسی کاری ئاسان و کاری قورسدا ئەفەرموێت " فَسَنُيَسِّرُهُ " واتە کارەکانی مرۆڤ دابەش دەبێت بەسەر دوو کۆمەڵەدا یان ئەوەتا "فَسَنُيَسِّرُهُ لِلْيُسْرَىٰ" یان "فَسَنُيَسِّرُهُ لِلْعُسْرَىٰ" هەموو ئەو ڕێگەیانەی کە پێشتر بەکارتدەهێنا بۆ لەبەر کردن برتیی بوون لە (تیسیر) بۆ (عُسْرَىٰ) واتە ئەیبردیت بەرەو نارەحەتی.

ئێستا ئەمانەوێت بگەڕێینەوە سەرە ڕێگا ڕاستەکە کە بریتییە لە (تیسیر) بۆ (يُسْرَىٰ) (ڕێگە ئاسانەکە) ، بۆ گەیشتن بەوەی کە زانیارییەکانمان بیربکەوێتەوە و لە هەمان کاتدا لێی تێ بگەین . بۆ ئەم مەبەستەش پێویستە ڕەچاوی ئەم یاسایە بکەین:

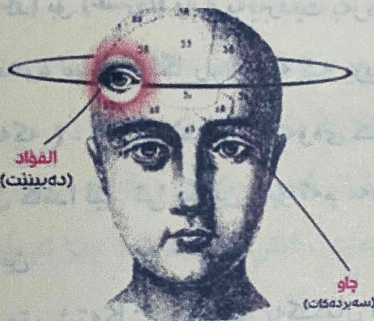
مرۆڤ لە بنەڕەتدا بە دووجۆر شتەکان دەبینیت: یەکێکیان لەڕێگای "چاو" وە ئەوی تریان لە ڕێگای " الفؤاد " خوای گەورە ئەفەرموێت "مَا كَذَبَ الْفُؤَادُ مَا رَأَىٰ" بە چاو سەیر دەکەین بەڵام بە "فؤاد" شتەکان دەبینین .

بۆنموونە وا دابنێ سەیری ڕێگایەك دەکەیت ، لە هەمان کاتدا "فؤاد" ەکەت شتێکی تر دەبینیت،"فؤاد" ەکەت سەرقاڵە بە بابەتێکی ترەوە، شتێك دەبینێت کە جیاوازە لەوەی چاوت دەیبینێت.. کەواتە کامیان گرنگترە ؟ ئەوەی کە سەیری دەکەیت یاخود ئەوەی کە دەیبینیت ؟ بەدڵنیاییەوە ئەوەی کە دەیبینیت .

خەوبینین

مرۆڤ ئەو زانیارییانەی بیر دەکەوێتەوە کە "فؤاد" ەکەی دەیبینێت ، بۆیە ئەو خەوەی شەوان دەیبینین لە ڕێی "فؤاد" ەوەیە لە کاتێکدا چاوەکان داخراون .

کاتێك کتێبێك ئەگرین بە دەستمانەوە و ئەمانەوێت لەبەری بکەین بەچاو سەیری دێڕەکان ئەکەین بەڵام "فؤاد" ەکەمان سەرقاڵە بە بابەتێکی ترەوە.



بینینی "فؤاد" بەهێزترە لە بینینی "چاو"

هەروەك چۆن موسی (ع) بە خوای گەورە ئەفەرموێت " قَالَ رَبِّ أَرِنِي أَنظُرْ إِلَيْكَ ۚ قَالَ لَن تَرَانِي وَلَٰكِنِ انظُرْ إِلَى الْجَبَلِ فَإِنِ اسْتَقَرَّ مَكَانَهُ فَسَوْفَ تَرَانِي " لێرەدا حەزرەتی موسی ووشەی " انظر " ی بەکارهێناوە واتا ئەیویست بە چاوەکانی خودا ببینێت ، لەوەڵامدا خوای گەورە پێی نەفەرموو " لن تنظر الي " بەڵکو لە وەڵامدا پێ فەرموو " لن تراني " !!

واتە نەك هەر ئەوەی ناتوانیت بە چاوەکانت سەیرم بکەیت بەڵکو تەنانەت "فؤاد" ەکەشت ناتوانێت وێنام بکات..

کاتێک "فؤاد" ەکەت زانیاریەکانی بینی زۆر ئەستەمە لە بیرتبچێتەوە ، بەڵام دەکرێت بۆ ملیۆنان جار سەیری زانیارییەک بکەیت بەڵام لە کۆتاییدا لە بیری بکەیت .

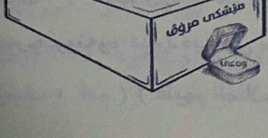
ترس و لەبیرچوونەوە

مرۆڤ لە بنەڕەتدا بۆچی دەترسێت ؟ بۆچی تووشی دڵەڕاوکێ دەبێت؟ لە ئەنجامی کەم و کورتی لە زانیاریەکانی ناو "فؤاد" ەکەی ، سبەی تاقیکردنەوەت هەیە و نازانیت چی ڕوودەدات بۆیە ترست بۆ دروست دەبێت ، ئەی ئەگەر مامۆستاکەت پرسیارەکانت بۆ بنێرێت؟ ڕاستەوخۆ ترسەکەت دەڕوات ، کەواتە زانیاری هۆکارە بۆ نەمانی ترس . خوای گەورە ئەفەرموێت " وَأَصْبَحَ فُؤَادُ أُمِّ مُوسَىٰ فَارِغًا إِن كَادَتْ لَتُبْدِي بِهِ لَوْلَا أَن رَّبَطْنَا عَلَىٰ قَلْبِهَا لِتَكُونَ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ " لە کاتێکدا فؤادی دایکی موسی زانیارییەکانی تێدا نەما ، نزیک بوو بەهۆی ترسەوە نهێنییەکە ئاشکرا بکات " ...

جیاوازی لە بیرچوونەوە و لەدەستدان

چۆن مێشک کار دەکات

سندوقە گەورەکە بریتییە لەو شوێنەی کە هەموو زانیارییەکانی تیادا زەخیرە دەکرێت ملیارەها زانیاری تێدایە کە مێشکت جوان شیکردۆتەوە ، بەڵام لە ناو سندوقە



بچووکەکەدا تەنها ئەو زانیاریانە تێدایە کە لە ئێستا بیری لیٚ دەکەیتەوە بە پێی ئەو بارودۆخەی کە تیایدایت .

١- ئەو زانیارییانە لەدەستدەدرێن کە تەنها لەبەردەکرێن

چۆن دەڵێن "لەم گویٚ دەچێتە ژوورەوە و لە گوێکەی ترەوە یەتە دەرەوە" بە واتایەکی تر نە دەچێتە سندوقە گەورەکە، نە دەچێتە سندوقە بچوکەکە. لێرەدا زانیارییەکە پاش ئەوەی لە ڕێی چاو و گوێوە وەرگیراوە نەتوانراوە بگەیەنرێت بە "فؤاد" .

٢-لە بیرچوونەوە

بریتییە لە نەمانی زانیریاری لە سندوقە بچوکەکە کە پێی دەوترێت (وەعی) بەلاٚم لەبەر ئەوەی پێشتر لە زانیاریەکە تێگەیشتووین هێشتا لە سندوقە گەورەکەدا زانیارییەکە بوونی هەیە .

هەروەك ئەوەی بەسەر حەزرەتی موسی دا هات ، ماسییەکیان پیٚ بوو ئەیانویست بیخۆن ، کاتێك بەڕێکەوتن و گەیشتنە لای بەردەکە(الصخرة) ، بەهۆی چوونە ناو ژینگەیەکی نوێوە مێشکیان زانیارییە کۆنەکانی لەبیرکرد، ئایاتەکە دەفەرموێت " قَالَ أَرَأَيْتَ إِذْ أَوَيْنَا إِلَى الصَّخْرَةِ فَإِنِّي نَسِيتُ الْحُوتَ وَمَا أَنْسَانِيهُ إِلا الشَّيْطَانُ أَنْ أَذْكُرَهُ.." لێرەدا دەفەرموێت " نَسِيتُ " بۆیە لەبیرچوونەوە بریتییە لە نەبوونی زانیارییەك لە وەعی لە کاتێکدا لە مێشکدا بوونی هەیە .

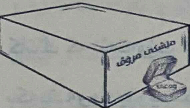
لەبیرچوونەوە دیاردەیەکی سروشتیە ، هەروەك بەسەرهاتەکانی (موسی ، یوسف ، ادم) (علیهم السلام).

- خوای گەورە بە ادم (ع) ئەفەرموێت " وَلَقَدْ عَهِدْنَا إِلَىٰ آدَمَ مِنْ قَبْلُ فَنَسِيَ... "
- موسی (ع) لەبیری کرد کاتێك بە خضري فەرموو ".. لَا تُؤَاخِذْنِي بِمَا نَسِيتُ... "
- ماوڕێکەی یوسف (ع) بەهەمان شێوە ،خوای گەروە ئەفەرموێت "... فَأَنسَٰهُ ٱلشَّيْطَٰنُ ذِكْرَ رَبِّهِۦ فَلَبِثَ فِي ٱلسِّجْنِ بِضْعَ سِنِينَ".

هۆکارەکانی لەبیرچونەوە

یەکەم / گۆڕانی ژینگەیی کە کارلێك دەکات لەگەڵ وەعی مرۆڤ

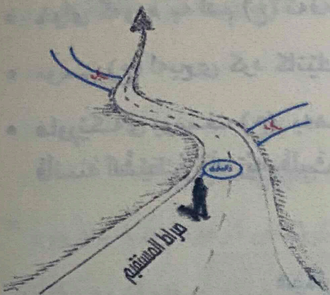
بە شەقامێکدا دەڕۆیت و ڕووداوێکی هاتووچۆ دەبینیت ، هەموو ووردەکاری ڕووداوەکە دەچێتە سندوقە بچوکەکەتەوە (وەعی) ، پاش ئەوەی ڕووداوەکە جێ دەهێڵیت لە شوێنێکی تردا کۆمەڵێك کەس دەبینیت شەڕ دەکەن ، ڕاستەوخۆ سندوقە بچووکەکەی مێشکت زانیاریە کۆنەکان دەگوازێتەوە بۆ سندوقەکەی دواوە و خۆی بەتاڵ دەکاتەوە و هەوڵ دەدات ووردەکاری ڕووداوە نوێیەکە جێگیر بکات .



دووەم / لادانی زانیارییەکان لەسەر (صراط المستقیم)

بۆ هەموو بابەتێکی ژیانمان (صراط المستقیم) ێك هەیە .

تائێستا پرسیوتە بۆچی ئەگەر دوو کەس دوو بابەتی گرنگت بۆ باس بکەن یەکێکیانت بیر ئەمێنێت بەلام ئەوی تریانت لەبیر دەچێتەوە؟ لە کاتێکدا هەردووکیان هەمان گرنگیان هەیە !



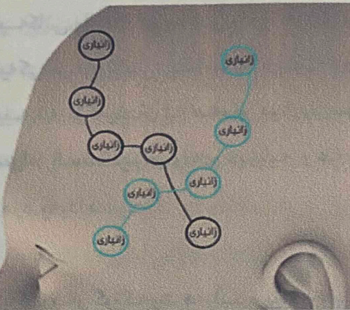
ئـەم حاڵەتـە زۆر ڕوو دەدات و هۆکارەکـەی ئەوەیە کە زانیارییەکانی یەکێکیان دەلکێت بـە (صـراط المسـتقیم)ی مێشـکـت و زانیارییـەکانی کەسـەکەی تـر دەچـێتە سـەر (سبُل) .

یاساکە بەم شێوەیەیە:

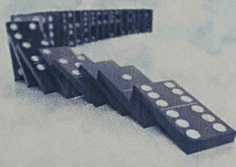
"مرۆڤ هەموو ئەو زانیارییانەی بیردەمێنێت کە لەسەر (صراط المستقیم)ـە و هەموو ئەوانەش بیر دەچێت کە بڵاویۆتەوە بەسەر(سبُل) ەکاندا ".

کاتێك کە ئەتەوێت (بخوێنیت- بابەتێك لەبەرکەیت - ئـەزموونێکی تـازە تـاقی بکەیتـەوە) پێویسـت دەکـات ئـەو زانیارییـە نوێیانـە بلکێنیـت بـە (صراط المستقیم) ی مێشکت .بۆ نموونە ئەتەوێت بابەتێك لەبەر بکەیت :

سەرەتا زانیاری یەکەم لەبەردەکەیت پاشان دووەم پاشان سێهەم ، دەبینین وورد وورد نەخشـەیەك دروسـت دەبێـت و بـەرەو ئاڕاستەیەکی دیـاری کـراو دەڕوات لە مێشکتدا هەروەك لە وێنەکەدا بە ڕەنگی ڕەش ئاماژەی پێکراوە ، پاشـان دەسـت لـەو بابەتـە هەڵـدەگریت و دەسـت دەکـەیت بـە لەبـەرکردنی بابـەتێکی تـر ، دەبـینی لـەم حاڵەتـەدا دوو نەخشـە دروسـت دەبێـت بـە دوو ئاڕاستەی جیاواز .



ئایا ئـەم نەخشـەیە زانیارییـەکانی لکـاون بەیەکـەوە ؟ نـەخێر ، نەخشـەکە پێکهـاتووە لـە چـەند لقێـك و چـەند (سبُل)ێـك ، گـرنگ نییـە ئـەم زانیارییانـە چەندێك لێی تێگەشتویت و لەبەرتە لە کۆتاییدا بـەهۆی بـڵاوی بابەتەکانـەوە و بەهۆی ئەوەی لە ناو (سبُل)ـەکاندایە لە بیرت دەچێتەوە . بـەڵام ئەگـەر بێتـو ئـەم زانیارییانـە کـۆ بکرێتـەوە لەسـەر یـەك ڕاسـتە ڕێگـا (صـراط المستقیم) هەموویان دەبەسترێن بەوەی تریانـەوە و لـە کاتێکدا یـەکێکیان بیربکەوێتـەوە وەك "دۆمینۆ ئیفێکت" هەموو بە دوای یەکدا دێتەوە بیرت.



چۆن زانیارییەکانمان بخەینە سەر (صراط المستقیم)

بابڵێین لە وانەی فیزیادا دەخوێنیت ، وانەی فیزیا وەك هـەر وانەیـەکی تـر یـەك (صراط المستقیم) و چەندەها (سبُل)ی تایبەت بە خۆی هەیە.

ئەگەر هەموو لق و پۆپەکانی وانەی فیزیا لێ بکەینەوە و بمانەوێت بە شیوازێکی سادە پێناسەیەکی بۆ دابرێژینی، پێناسەکە بریتیی دەبێت لەوەی کە " وانەی فیزیا بریتییە لە تێگەیشتن لە هەموو دیاردە سورشتیەکان" کەواتە ئەم نیوە دێڕە(صراط المستقیم)ی وانەی فیزیایە و هەموو زانیارییە فیزیایەکان لەم نیوە دێرەوە پەیدا دەبێت.

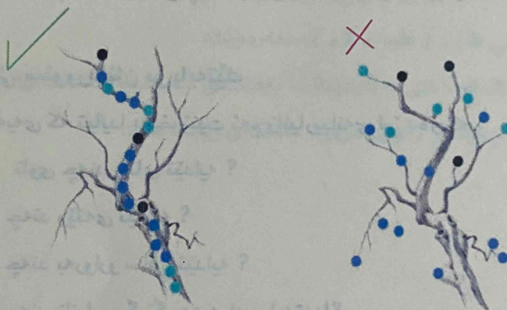
لەمەبەدوا هەر زانیارییەکت بەرگوێکەوت هەوڵبدە بیبەستیتەوە بە مانا سەرەتاییەکەیەوە ..... چۆن؟

هەر پارچە زانیارییەکی فیزیایت وەرگرت وەك پارچەیەك لە وێنەیەکی گەورە سەیری بکە ، هەوڵ بە بیخەیتەوە پاڵ وێنە گەورەکە لە مێشکتدا .



"تەنانەت زانیارییەکە چەندە بچوکیش بێت دووبارە بیبەستەرەوە بە وێنە گەورەکەوە"

(صراط المستقیم) ی بابەتی فیزیا وادەکات زۆر بەئەستەم زانیارییەکان پەرش و بڵاوبن . بەڵام ئەگەر هاتوو هەر وانەیەکت لە وانەکانی فیزیا وەك (ڕووناکی – دەنگ – جووڵە – گازەکان – مادده ڕەقەکان – ئەلیکترۆنیەکان) بە جیا لەبەرکرد ... هەر وانەیەکت لە (سبُل) مێشکتدا دانا ..گرنگ نیە چەند بە باشی وانەکانت لەبەرکردبێت لە کۆتاییدا بە هۆی بڵاوی زانیارییەکانەوە لە مێشکتدا بەشێکی وون دەبێت .



سێهەم / نەبوونی ژمارە و سنووردارنەکردنی زانیارییەکان



کابراییەك ژمارەیەکی زۆر مەڕی هەیە لە کێڵگەکەیدا کە دابەش بوون بەسەر سێ کۆمەڵەدا (مەڕی سپی – مەڕی ڕەش – مەڕی قاوەیی) ئەم کابرایە هەموو ڕۆژێك بەڕەڵایان دەکات بە بێ ئەوەی بزانێت ژمارەیان چەندە ، لەبەر ئەوەی ژمارەی مەڕەکانی نازانێت بە ئاسانی ئەکرێت ژمارەیان کەم بکات بە بێ ئەوەی خۆی هەستی پێ بکات .

تەنها لە ڕێی ژمارە و سنووردانانەوە وورده‌كاری كارەكان كۆنترۆڵ دەكرێن ، هەر بۆیە خوای گەورە ئەفەرموێت "أَحْصَاهُ اللَّهُ وَنَسُوهُ" واتە خوای گەروە هەموو كارەكانی بەندەكانی نووسیوە و ژمارەی لێداوە بەلاّم ئێمەی مرۆڤ چونكە ئاگاداری ژمارەی كارەكانمان نین هەندێكیمان لەبیردەچێتەوە بۆیە دەفەرموێت (وَنَسُوهُ) ، وە لە دوو ئایەتی تردا دەفەموێت "لقد أحصاهم وعدهم عدا" ، "وَمَا كَانَ رَبُّكَ نَسِيًّا" ئەو ئایەتانە ببەستەرەوە بەیەكەوە دەبینیت كە لە بیرچوونەوە و ژمارەلێدان پەیوەندییەكی ڕاستەوخۆیان هەیە بە یەكترییەوە.

چۆنێتی سنووردانان بۆ بابەتێك

ئەو وانەیەی كە تیایدا دەخوێنیت ئەم زانیارییانەی لێ دەربكە :

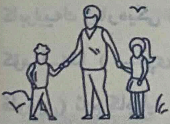
١- ناوی چەند زانای تێدایە ؟

٢- چەند وێنەی تێدایە ؟

٣- چەند بەروارو ساڵی تێدایە ؟

٤- چەند زانیاری گرنگ هەیە لەو بابەتەدا؟

كاتێك سنوورت بۆ دانا و بە ژمارە ئاماژەت پێكرد ئەستەمە لە بیرت بچێتەوە.



باوكێك منداڵەكانی خۆی لە بیرناكات چونكە ژمارەیان دەزانێت .

كەواتە یاسای سێهەم دەڵێت : سنووردانان و ژمارە لێدان بۆ زانیارییەكان یارمەتیت دەدات باشتر زانیارییەكەت بیربكەوێتەوە .

چوارەم / نەگواستنەوەی زانیارییەکان لە ژینگەی ناوەکییەوە بۆ ژینگەی دەرەکی

واتە بە بەردەوامی وەرگرتنی زانیاری بەبێ بوونی شێوازێکی دەربڕین دەبێتە هۆی وونبوونی زانیارییەکە لە مێشکدا ، وەك دەڵێن ئەگەر ویستت شارەزا بیت لە بابەتێکدا ئەوا هەوڵ بدە ئەو بابەتە فێری یەکێکی تر بکەیت . واتە هەتاوەکو بابەتەکە زیاتر دەرببڕیت زانیاریت دەربارەی بابەتەکە زیاتر دەبێت .

علی کوڕی ابي طالب (علیه سلام) دەفەرموێت:

" هەموو شتێك لە کاتی بەکارهێناندا بەهاکەی کەم دەکات ، تەنها زانیاری نەبێت ، بەپێچەوانەی ئەوانی ترەوە بەهاکەی زیاد دەکات "

دەروون وجەستە

لەم بەشەدا دەچینە ناو قوڵایی دەروونمان تاکو ئەو نهێنیە بدۆزینەوە، کەوا دەکات نەهێڵێت بە ئاسانی ئەو بابەتانەی ئەمانەوێت لەبەری بکەین :

لەم دونیایەدا تەنها بە بوونی " خواست/ إرادة " ناتوانیت کارێك ئەنجام بدەیت بەڵکو دەبێت لەگەڵ خواستدا فاکتەرێکی تر هەبێت بە ناوی " ئارەزوو/رغبة "

.

هەموو خوێندکارێك خواستی هەیە بخوێنێت تاکو دەربچێت بڕوانامەیەك بەدەستبهێنێت. بەڵام کێشەکە لەوەدایە هەندێك جار ئەوەی کە ڕوودەدات پێچەوانەی خواستەکانە ، بۆ ئەوەی خواستێك بهێنینە دی ، دوو مەرجی پێویستە:

یەکەم / پێویست دەکات لەگەڵ خواستدا (ئارەزوو / رغبة) هەبێت .

جیاوازی لە نێوانی (خواست) و (ئارەزوو)

- (خواست/ إرادة) بەستراوەتەوە بە لۆژیکەوە. بۆ نموونە / دەتەوێت دەربچیت بۆ ئەوەی دوانەکەویت و زوو ژیانت پێکەوەبنێیت واتە ئەو شتەی هەم خۆت و هەم کۆمەڵگە بە ڕاستی دەزانێت .
- بەڵام (ئارەزوو / رغبة) پەیوەستە بە هەستەکانەوە

وشەی (خواست/ إرادە) دژی نیە بەڵام وشەی(ئارەزوو / رغبة) دژی هەیە بۆ نموونە :

- (رغباً) مان هەیە (رهباً) یشمان هەیە
- (یرغب الی) و (یرغب عن) یشمان هەیە

بۆیە خوای گەورە دەفەرموێت "وَإِلَى رَبِّكَ فَارْغَبْ" واتە با بەردەوام حەز و ئارەزووت بۆ ڕەزامەندی خودا بێت .

لەبەر ئەم هۆکارەیە کاتێك خوێندکارێك بیەوێت بابەتێك لەبەربکات پێویستە بپرسێت لە خۆی بۆ دەیەوێت ئەم کارە بکات؟ لێرەدا بە دروستکردنی هۆکارێکی لۆژیکی خواستێك دروست دەکات.

بە پاڵپشتی (ئارەزوو / رغبة) ێکی دەروونی ، کە ئەمەیان یارمەتی دەدات لە ئاراستەکردنی هەستەکانی بۆ لەبەرکردن و خوێندنی بابەتەکە .

ڕاهێنانێکی ٥ خولەکی

هەرگیز نابێت دەست بە خوێندنی بابەتێك بکەیت پێش ئەوەی ئەم ڕاهێنانە ٥ خولەکییە ئەنجام بدەیت ، بەبێ ئەنجامدانی ئەم ڕاهێنانە وەك ئەوە وایە بە بێ خۆگەرم کردن ڕاستەوخۆ بچیتە کێبرکێیەکی ڕاکردنەوە .

یەکەم هەنگاو بەرزکردنەوەی (خواست/ إرادە) بە بیرکردنەوە لە هەموو ئەو بابەتە لۆجیکیانەی کە تۆ لە پێناویا ئەو بابەتە لەبەردەکەیت . نموونە (بڕوانامە – پێگەیەکی بەرزی کۆمەڵگە – هۆشیاری زانستی – کار و پیشەیەکی باشتر).

دووەم هەنگاو بەرزکردنەوەی (ئارەزوو / رغبة) بە بیرکردنەوە لەو شتانەی کە وات لێ دەکات هەست بە خۆشی بکەیت و وورەت بەرزبکاتەوە بۆ لەبەرکردن . نموونە (لە ڕێی بەدەستهێنانی نمرەیەکی بەرزەوە دەتوانم گەشت بکەم بۆ وڵاتانی دونیا).

وە دابەزاندنی هەموو ئەو رغبة / ئارەزووانەی کە پێچەوانەی ئامانجەکەتـە وەك سۆشیالّ میدیا و تەلەفزیۆن ...

سێهەم هەنگاو برتییە لە خەیالّ کردن، پێش ئـەوەی بخوێنیت پێویستە بە خەیالّ بیخەیتە بەرچاوت کە بابەتەکان ئاسانن، بە پشت بەستن بەو ئایەتـەی دەفـــەرموێت (...يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ..(البقرة، ١٨٥) وە لــە ئایـەتێکی تـردا دەفـــەرموێت (يُرِيدُ اللَّهُ أَن يُخَفِّفَ عَنكُمْ وَخُلِقَ الْإِنسَانُ ضَعِيفًا) (النساء ، ٢٨)

کاتێك بەم ٥ خولەکە (خواست– ئارەزوو – خەیالّ) بە تـەواوەتی خستە کار بە هەموو تواناکانتەوە ئەو بابەتە دەخوێنیت .

خوێندن و نوێژکردن هەردووکیان پرۆسەیەکی دەروونین

لـە کـاتی ئەنجامـدانی پرۆسـەی نوێـژکردن و خوێنـدن دا ، گـەر مەرجـەکان بەجوانی ڕەچاو نـەکرێت پرۆسـەکە سـەرکەوتوو نابێـت و گران دەبێـت بەسـەر شانی کەسەکەوە هەروەك ئەوەی بەردێکی گـەورە لـە جێگایەکـەوە ببـەیت بۆ جێگایەکی تر .

چارەسەر ئەوەیە بۆ ئەنجامدانیان یاری بە ماناکان بکەیت

مرۆڤ لە بنەڕەتدا لە لاشـە و دەروون پێکهاتووە وە دەروونـی مـرۆڤ حـەزی بـە مامەڵـەکردن نییـە لەگـەڵ ژمارەکانـدا بـەڵکو زیـاتر خوازیـاری ماناکانـە .

بەرامبەردا جەستەمان هەیە کە زیاتر مەیلی بۆ شتە مادییەکانە ، با سەیرێکی ئەم نموونەیە بکەین:

کاتێك کەسێك بەخۆی دەڵێت "دەبێت ئەمڕۆ لە ٣ کاتژمێردا ٥ وانە بخوێنم"

لێرەدا ئەم کەسە بەم قسەیە دەروونی خۆی تەسکدەکاتەوە.

دوو کەس دەیانەوێت بابەتێکی ئینگلیزی بخوێنن ، سەیری ئەم دوو جیاوازییە بکە ڕوو دەدات

یەکێك بە خۆی دەڵێت ئەمڕۆ ٥٠ وشە لەگەڵ ٣ یاسای گرامەر و ٤ لاپەڕەی یونتی ٤ لەبەردەکەم، لێرەدا ژمارەی دا بە دەروونی ، دەروونیش حەزی بەمە نیە ، بۆیە ئەستەمە ئامانجەکەی بە ئاسانی بپێکێت.

بەڵام کەسی دووەم بە پێچەوانەوە بە ماناکان مامەڵە لەگەڵ دەروونیدا دەکات و بەخۆی دەڵێت " ئیمڕۆ هەوڵدەدەم کۆمەڵێك ڕستەی نوێی زمانی ئینگلیزی فێربم".

یان دەڵێت " ئیمڕۆ کەمێکی تر نزیك دەبمەوە لە قسەکردن بە زمانێکی بیانی لە ڕێی زمانی ئینگلیزیەوە".

وە ئەگەر ویستی زمانی عەرەبی بخوێنێت ، بە خۆی دەڵێت "بۆیە دەمەوێت فێری زمانی عەرەبی بم تاکو لە زمانی قورئان تێ بگەم "

وە لە کاتی خوێندنی وانەی فیزیادا بە خۆی دەڵێت "دەمەوێت لەو دیاردە سروشتیانە تێ بگەم کە من لە نێوییاندا دەژیم ".

وە ئەگەر ویستی زیندەزانی بخوێنێت بە خۆی دەڵێ "دەمەوێت لە ڕێی وانەی زیندەزانییەوە زیاتر لە جەستەم تێ بگەم تاکو بزانم چۆن کارەکانی دەکات".

دەروونی ئەم کەسە کاتێک ئەم مانا و بەهایانەی گوێ لێ دەبێت ، دەست دەکات بە فراوان بوون و چێژ وەرگرتن لە پرۆسەکە، وە بەبێ ئاگای کەسەکەخۆی زیاتر لەوە ئەنجام دەدات کە خۆی بۆ ئامادەکردووە..

فراوانکردنی دەروون بە دانانی بەها بۆ ژمارە

لێرەدا ڕێگەیەکی جیاوازتر و کاریگەرتر بەکاردەهێنین بۆ مامەڵەکردن لەگەڵ دەرووندا ، بۆ نموونە پێویست دەکات ٤ لاپەڕە لەبەربکەیت بۆ تاقیکردنەوە و دەزانیت دەروونت حەزی بۆ ژمارە نییە !ئێمەش دەمانەوێت ئامانجەکانمان بە ژمارە دابنێین ، بۆیە بۆ چارەسەر کردنی ئەم کێشەیە هەڵدەستین بە دانانی بەها بۆ ژمارەکە، چۆن ؟

بە دەروونت دەڵێیت " ئەگەر هاتوو لاپەڕیەکم لەبەرکرد لەم ٤ لاپەڕەیە من بە ئاسانی چارەکێکی پرسیارەکانی تاقیکردنەوەم کۆنترۆڵ کردووە" بەم قسەیە دەروونت فراوانتر دەبێت و ووزەیەکی زیاتر دروست دەبێت لە جەستەدا، بۆیە لە ئەنجامدا هەوڵدەدەیت لاپەڕەکانی تریش بخوێنیت تاکو بە تەواوەتی پرسیارەکانی تاقیکردنەوەکە کۆنترۆڵ بکەیت .

دووکەس دەچنە کێبڕکێیەکی مەلەکردنەوە

- یەکێکیان دەیەوێت لە ٣ خولەکدا بگات بە ئامانجەکە.
- ئەوەی دووەمیان دەیەوێت خێراترین بێت لە دونیادا .

ئەوەی یەکەم ژمارەیەکی دیاری کردووە، ئەیەوێت یەکەم بێت لە کێبڕکێکەدا و ١٠٠٪ ئەنجامەکان بەرێت.

بەڵام ئەوەی دووەمیان مانایەکی دیاری کردووە و دەیەوێت خێراترین بێت لە دونیادا .

یاریزانی یەکەم بە ئەگەرێکی کەمەوە ئامانجەکەی دەپێکێت بەڵام یاریزانی دووەم بەدڵنیایەوە یەکەم دەبێت. لەوانەیە بپرسیت چۆن ؟!

"لەبەر ئەوەی ماناکان ژمارەکانت پێ دەبەخشن بەڵام ژمارەکان مانات پێ نابەخشن"

بۆ نموونە یەکێك لە کێشەکانی خەڵك لە کاتی هاتنی مانگی ڕەمەزاندا ئەویە هەوڵدەدەن بە ژمارە پەرستشەکانیان بپێون. گرنگ نییە لە شەوێکدا زیاتر لە ٢٠ ڕکعات نوێژ بکەیت گەر لە مانای نوێژەکە تێنەگەشتبیت یاخود دڵت بێ ئاگابوبێت. گرنگ نییە چەند جار قورئانت خەتم کردبێت گەر لەسەر ئەیاتێك نەوەستابیت و وانەت لێ وەرنەگرتبێت . هەر لەبەر ئەمەیە لە دوای مانگی ڕەمەزان مرۆڤەکان وەك پێشتریان لێ دێتەوە .

" النفس تتغذى على المعاني و ليس الارقام "

هونەری لەبەرکردن

The Art of Memory

ئەم تەکنیکە وەک هەر یارییەکی تر وایە گەر بە تەواوەتی ڕاهێنانی لەسەر بکەیت جار بە جار خێراتر و باشتر دەبیت.



زۆربەی خەڵک لە کاتی لەبەر کردنی وانەیەکدا گوێ نادەن بە هەنگاوەکان وە ڕاستەوخۆ دەست دەکەن بە لەبەرکردن، ئایا دەزانیت بۆ ئەوەی بابەتێک لەبەر بکەیت بە **سێ هەنگاوی** جیاوازدا تێپەڕ دەبیت ، گەر بە دیاریکراوی بزانیت لە کام هەنگاوەدا کێشەت هەیە، خێراتر بابەتەکە لەبەردەکەیت:

یەکەم هەنگاو بریتییە لە وەرگرتنی زانیارییەکە لە ڕێی گوێگرتن لە مامۆستاکەت یاخود خوێندنەوەی بابەتەکە .

ئەمەیان گرنگترین هەنگاوە ، لەبەر ئەوەی زۆربەی خەڵک ئەم هەنگاوە تێکەڵدەکەن لەمێشکیاندا ، چۆن ؟

بۆ نموونە: ئایە دەزانیا یانزەهەمین گەورەترین شار لە چین چ شارێکە؟ ، بۆچی نەتزانی؟ ئایا لەبەرئەوەی زانیارییەکەت لە بیرچۆتەوە ؟ نەخێر ، نەخێر ، لەبەر

ئەوەی لەبنەڕەتدا زانیارییەکەت نەبیستووە و پێویستە سەرەتا زانیارییەکە ببیستیت پاشان هەوڵبدەیت لە بیرت بمێنێت.

هۆکارەکانی نەگەیشتنی زانیارییەك بە "فؤاد"

نەبوونی تەرکیز و پەرشوبڵاوی یەکێکە لە هۆکارەکانی فێرنەبوونی زانیارییەك.

مێشکی مرۆڤ بە خۆڕسکی نازانێت چ کاتێك دەبێت تەرکیز بکات ، بەڵکو دەبێت خۆمان ئاڕاستەی بکەین و ئاگاداری بکەینەوە کە دەبێت لەوساتەدا سەرنج بدات .

گوێت لێبووە یەکێك بڵێت " بەڕێزان سەرنجی ئێرە بدەن "

پرسیارەکە لێرەدا ئەوەیە ئایا چۆن سەرنج بدەین ؟

توێژینەوەکان دەریان خستووە مرۆڤ بەم هەنگاوانە دەتوانێت تەرکیزی زیاتر بکات :

١- لە ڕێی هەناسە دان.
٢- پێشبینی زانیاری دواتری کەسی قسەکەر.
٣- پرسیار لە خۆت بکە (چۆن ، بۆچی) ؟
٤- دوورکەوتنەوە لە ئەنجامدانی دوو کار لەیەك کاتدا .

دووەم هەنگاو بریتییە لە هەڵگرتنی زانیارییەکە



پاش وەرگرتنی زانیارییەکە ، لە هەنگاوی دووەمدا دەبێت هەوڵ بدەین بە هەرجۆرێك بێت ئەو زانیارییە لە مێشکماندا بمێنێتەوە.

بیخە بەرچاوت ئەتەوێت ئەو جلە بدۆزیتەوە کە زۆر لەگەڵت دەگونجێت لەناو کەنتۆرەکەتدا. ئەگەر تاکی جلەکانت پەرش و بڵاوبێت بە نارەحەت جلەکەت بۆ دەدۆزرێتەوە، وە ئەگەری هەیە هەر نەیدۆزیتەوە. مێشکیشت بەهەمان شێوە کاردەکات ، کاتێك کە زانیارییەکان ڕێکدەخەیت ، لە کاتی گەڕاندا ئاسانتر و خێراتر زانیارییەکان دەدۆزیتەوە .

چۆنییەتی گۆڕینی زانیاری بۆ وێنەی هزری

زانایان ئاشکرایان کردووە کەمێشکمان ئاسانتر وێنەی بیردەکەوێتەوە. هەر لەبەر ئەمە مێشکمان وا دەخوازێت زانیارییە ئاڵۆزەکان بگۆڕین بۆ وێنەی هزری.

زانیارییەکان دابەش دەبن بەسەر دوو کۆمەڵەدا

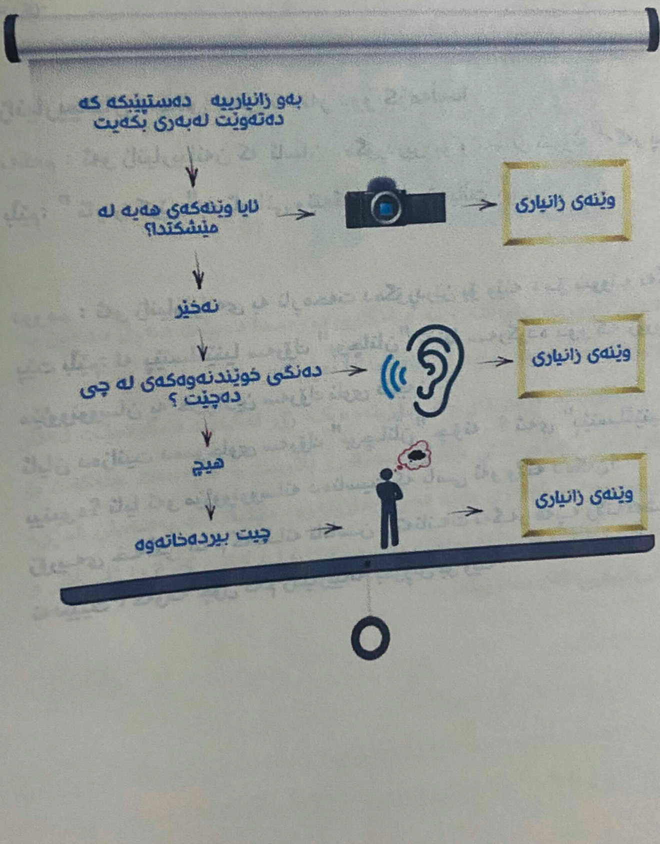
یەکەم : ئەو زانیارییانەن کە ئاسان دەگۆڕدرێن بۆ وێنە، بۆ نموونە ئەگەر پێت بڵێم: " ئایس کرێم "بە ئاسانی وێنەکەی دێتە خەیاڵت .

دووەم : ئەو زانیارییانەی بە نارەحەت دەگۆڕدرێن بۆ وێنە ، بۆ نموونە ئەگەر پێت بڵێم: لە پێنسلڤێنیا سەرۆك "بوچانان" تەنها سەرکردە بوو کە زۆریەی مێژوونووسان بە خراپترین سەرۆك ناوی دەبەن .

ئایان دەزانیت دەموچاوی سەرۆك "بوچانان" چۆنە ؟ ئەی "پێنسلڤێنیا"ت بینیوە؟ ئایا ئەو مێژوونووسانە دەناسیت کە باسی ئەو ولاتە دەکەن؟

زۆریەی خەڵکی ئەم کەسانە ناناسن و تەنانەت ئەگەر هەیە ولاتەکەشیان نەدیبێت ، کەواتە چۆن ئەم زانیارییانە بگۆڕین بۆ وێنە؟

ئەگەر هاتوو زانیارییەکە بە ئاسانی نەگۆڕدرا بۆ وێنە ، ئەم چەند پرسیارە لە خۆت بکە



نموونه / ناوی سێ سەرکردەی ئەمریکا لەبەر دەکەین

1. George Washington
2. John Adams
3. Thomas Jefferson

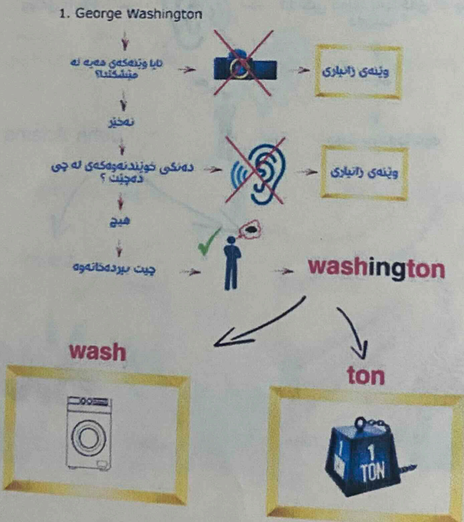
١- ناوەکان بکە بە وێنە:

1. George Washington

وشە سەورزکراوەکان ئەکرێن بە وێنە

Wash= ئامێری جل شتنت بیردەخاتەوە wash machine

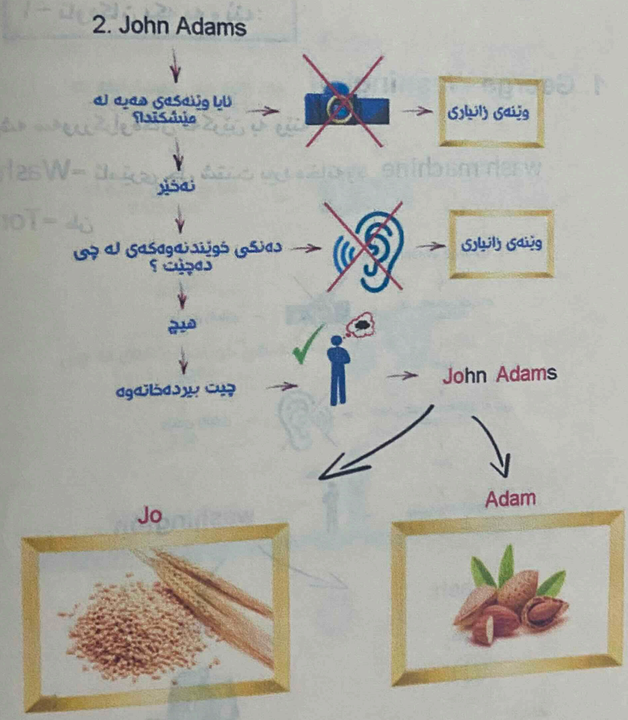
Ton= طن



2. John Adams

دوو حەرفی ئەوەڵی وشەی " john " لە جۆ ئەچێت :

وشەی " adam " لە بادەم ئەچێت :

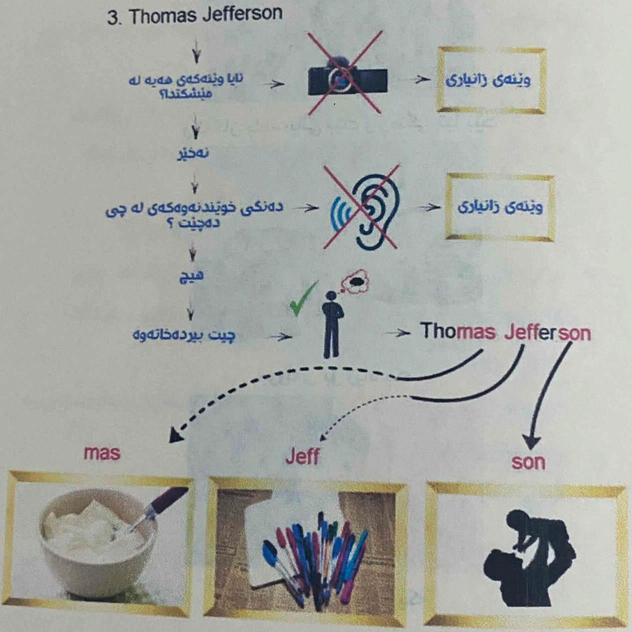


3. Thomas Jefferson

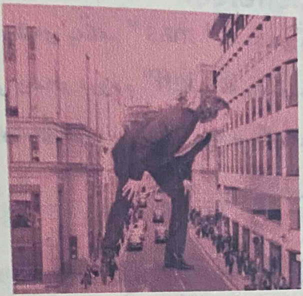
سیٚ حەرف ئەخیری وشەی یەکەم " mas " لە وشەی ماست ئەچیٚ بە کوردی

. سیٚ حەرفی ئەوەڵی وشەی دووەم "Jeff" لە وشەی جاف ئەچێت بە کوردی

.سیٚ حەرفی کۆتای وشەی دووەم "son" بە ئینگلیزی واتە کوڕ .



٢- وێنەکان بدە لە یەك و جوڵە و شتی سەیری بۆ زیادبکە



وێنەکان با خەیاڵی بێت و ڕەنگی تیا بێت



جووڵەی بۆ زیاد بکە



هەستەکانی تێکەڵ بکە



بابەتەکان زیاد لە قەبارەی خۆیان گەورەتر بکە یارەمەتیت دەدات زووتر بیرت بکەوێتەوە

- بۆ وێنەی یەکەم وا بیخە بەرچاوت کەسێك "طن" ێك ئاسن لەسەر ئامێرێکی جل شتن داناواوە و ئامێرەکە ئیش دەکات و ئاسنەکە دەلەرێتەوە و دەنگ دەردەکات .

George Washington = Wash+ton

- بۆ وێنەی دووەم وا بیخە بەرچاوت کە گوێدرێژێك گوێنیەك جۆ و گوێنیەك بادەمی یاوە بە شانیا و هیلاك بووەو دەکەوێت بە لادا.

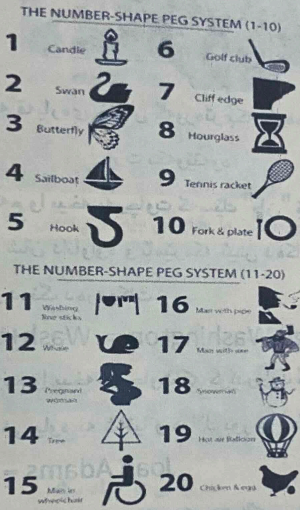
Joan Adams = جۆ + بادەم

- بۆ وێنەی سێهەم وا بیخە بەرچاوت کە منداڵکی جافێکی بەدەستەوەیە و حبرەکەی ئەکاتە ناو سەتڵێك ماستەوە .

Thomas Jefferson = ماست + جاف + سەن

گۆڕینی ژمارە بۆ وێنە

ئەم کۆمەڵە وێنەیە دەبن بە وێنەی سەرەکی لە مێشکتدا و لەمەودوا بۆ لەبەرکردنی هەر ژمارەیەك ئەم وێنانە بەکاردەهێنیت .



مـــايندپـــالاس

The Mind Palace

دوای گۆڕینی زانیارییەکان بۆ وێنە کاتی ئەوە هاتووە شوێنێک هەڵبژێرین بۆ کۆگاکردنی زانیارییەکان

مێژووی مایند پالاس

بۆ زوو بەکاردەهێنا ڕێگایەکیان چەند پێشوودا سەردەمانی لە گریکەکان ئامێری نەبوونی بەهۆی . لێدەبوو گوێیان ڕۆژانە زانیارییانەی ئەو بیرهاتنەوەی لە مێشکیدا زانیارییەک تەواوەتی بە پێویستایە یەکێک گەر ، کاتەدا لەو زیرەک کە زانیارییەکەوە بە بەستایەتەوە نوێیەی زانیارییە ئەو ئەبوایە بچەسپێنێت پێشتر لە مێشکیدا هەبووبێت ، ئەم ڕێگەیەش ناونراوە **Elaborative encoding**

و شاعیران و مێژوو نووسان و کەسانی ئاییني گرنگییەك زۆرییان داوە بەم بابەتە تاکو بتوانن زانیاریەکانیان بگوازنەوە



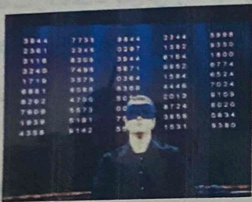
جیل بە جیل ئەمەش بە هۆی ئەوەی کە ئاسان نەتوانراوە هەموو زانیارییەك بنووسرێت.

بیرۆکەی تەکنیکی مایند پالاسیش بریتییە لە گۆڕینی هەموو زانیارییەکی بێزارکەر بۆ بابەتێکی هەمەڕەنگ و بەچێژ و جیاواز تاکو بە باشی بابەتەکەت لەبیر بمێنێتەوە . پاشان دانانی لە شوێنێك دا کە مێشکت زۆر باش شارەزای بێت .

وە بۆ بیرکەوتنەوەی بابەتەکە بە ناو شوێنەکەدا(مایندپالاس) ەکەتدا دەڕۆیت ڤوور بە ڤوور زانیاریەکان دەرئەهێنیت . هەندێك کەس ئەم ڕێگەیە بەکارئەهێنن بۆ لەبەرکردنی کتێب ، شعر ،وتار ، خشتە ،و بابەتی خوێندن، ناو ، ژمارە موبایل ، کۆد ، ... هتد.

گریکەکان وەک orator Cicero ئەم ڕێگەیەیان بەکارهێناوە بۆ لەبەرکردنی ووتار ، و ڕیزبەندی قسەکانیان لە ناو بینایەکی گەورەدا ڕێکخستووە ، لەبەر ئەوەی ئەو کات نووسینەوە کاتی زۆر ئەویست و پێویستی بە تێچووی زۆر بوو .

لەگەڵ زیادبوونی چاپەمەنییەکان و ئاسان بەدەستخستنی پەرتووکەکان لە سەردەمی مۆدێرن ، خواست لەسەر لەبەر کردن کەم بووەوە . بەڵام لەم ساڵانەی کۆتاییدا دووبارە زیندوو کرایەوە بە تایبەت لە پێشبڕکێکانی لەبەرکردندا the world memory championship کە تیایدا هەڵدەستان بە لەبەرکردنی ژمارەیەکی یەکجار زۆر لە هێما و ووشە و ژمارە لە ماوەیەکی کەمدا ، بۆ نموونە لە پێشبڕکێیەک لە وڵاتی ئەڵمانیا ساڵی ٢٠١١ Simon Reinhard ژمارەی پێوانەیی شکاند بە لەبەر کردنی پاکەتێک کارتی کۆنکەن لە ٢١.١٩ چرکەدا.





ئەم ڕێگەیە لە لایەن کەسێکەوە داهێنراوە بە ناوی " سامەنیدس " کە شاعیرێکی یۆنانییە ،لە ڕووداوێکدا " سامەنیدس " توانی لاشەی چەند مردوویەک بناسێتەوە بە بەکارهێنانی ئەو بەشەی مێشکی کە وێنە لەبەر دەکات .

(Simonides of Ceos) پاش ئەوەی لە ناو کۆڕێکدا شیعری ئەخوێندەوە ،بە مەبەستی بینینی

چەند کەسێك ئەچێتە دەرەوەی کۆڕەکە و لە کاتی گەڕانەوەی بیناکە ئەڕوخێت بەسەر ئامادەبووانی کۆڕەکەدا ، ئەمە وای کرد دەمووچاوی مردووەکان بە تەواوەتی بشێوێت بە جۆرێك کەس کەسی خۆی نەناسێتەوە . بە ناچاری پەنایان برد بۆ لای سامەنیدس کە تاکە کەس بوو ڕزگاری بوو بوو لەو کارەساتە ، ئەم پیاوە لە ڕێی بەکارهێنانی ئەو بەشەی مێشکی کە وێنە لەبەر دەکات توانی یەك بە یەکی ئامادەبووەکان بگەڕێنێتەوە خەیاڵی و شوێنی دانیشتنەکەیان دیاری بکات لە ناو بینای کۆڕەکەدا .ئەم ڕووداوە سەرەتایەك بوو بۆ سەرهەڵدانی تەکنیکی لۆکای(the method of loci)

چەمکی مایندپالاس



تەواوی بیرۆکەکە بریتییە لەوەی کە زانیارییە نوێ بلکێنیت بە زانیارییەکی کۆنەوە لە مێشکتدا . لەبەر ئەوەی مێشکمان وەك پشکنەرێك وایە کاتێك زانیارییەکی کۆنی ئەیەیتێ بەشێوەیەکی خۆکارانە ئەچێت بەدوای بەشەکەی تری زانیارییەکەدا . بەمەش بە ئەستەم زانیارییەکەی لێ وون ئەبێت . بەڵام لە کاتی وەرگرتنی زانیاریەکان بە هەڕەمەکی کارەکە قورستر ئەبێت و کات و ووزەی زیاتر بەفیڕۆ دەچێت.

مایندپالاس چۆن کار دەکات

تەکنیکی میمۆری پالاس یارمەتیت دەدات لە بەستنەوەی هەر پارچە زانیارییەک لەگەڵ ناوچەیەکدا کە زۆر شارەزاییت ، ئێستا دەتوانیت چاوت دابخەیت و ئەو ماڵەی تیایدا نیشتەجێیت بهێنیتە بەرچاوت بە هەموو وردەکارییەکانیەوە. مێشکت هەموو ناوچەکانی خانووەکەت وەک فیلمێک بۆت پەخش دەکات ، ئەمەش بەیارمەتی ئەندامێکی مێشک بەناوی cognitive maps ,بەهۆی ئەم ئەندامەوە دەزانیت تاقمی قەنەفەکە بە دیاریکراوی لە کوێدایە ، دەزانیت دیوارەکانی ژوورەکان چ ڕەنگێکن ، تەنانەت هەموو پارچە بچووکەکانی ژوورەکانت لەبەرچاوە.

ماڵەکەت ئێستا بریتییە لە میۆمۆری پالاسەکەت، بۆ ئەوەی کاتێک بە ناویا ڕۆشتیت ، ئەو زانیاریانەی ئەتەوێت لەبەری بکەیت بیخەیتە چەند شوێنێکی دیاریکراوەوە لە ماڵەکەت دا ، وەکاتێک ویستت بیرت بکەوێتەوە تەنها بە خەیاڵ بە هەمان شوێندا دەڕۆیتەوە - بەم شێوەیە زانیارییەکان بە ئاسانی ئەکەونەوە بیرت.

باشترین شوێن کە هەڵیبژێریت لەسەرەتاوە بریتیی دەبێت لە ماڵەکەی خۆت , یان قوتابخانەکەت , یان شوینی کارەکەت ... بەهۆی بەرەو پێشچوونی تەکنەلۆجیاوەو زۆربوونی یارییە ئەلیکترۆنییەکان خەڵکانێک ئێستا زۆر زیاتر شارەزایی شوێنەکانی ناو یارییەکانن ، هەر بۆیە ئەگەر زۆر ڤیدیۆ گەیم دەکەیت ئەوا دەتوانیت ئەو ناوچانەی ناو یارییەکان بەکاربهێنیت وەک مایندپالاسێک .

چۆن میوٚمۆری پالاسێك دروست بكەین

هەنگاوی یەكەم / شوێنێك هەلبژێرە تاكو ببێت بە مایند پالاسەكەت

ئەو خانوویەی دەتەوێت بەكاری بهێنیت لەسەر كاغەزێك وێنەی بكێشە تاكو لە بیرت نەچێتەوە كە چۆن پارچە و ژوورەكانت ڕێكخستووە ، ئەم هەنگاوە زۆر گرنگە و بە دووجۆر دەكرێت :

أ- دروستكردنی خانوویەكی خەیالی

ئەم تەكنیكە دەكرێت بۆ هەندێك كەس بە سوود بێت بەلام ناكرێت پشتی پێ ببەسترێت، ئەمە كاتێكی زیاتر و ووزەی زیاتر لێ دەبات .

ب- بەكارهێنانی شوێنێك كە پێشتر تیایدا ژیابێتی

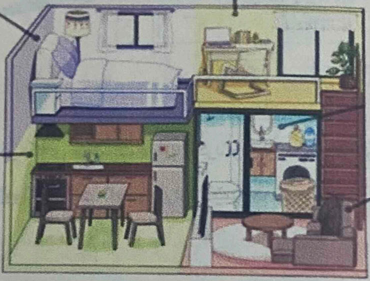
مالێك هەلەبژێرین كە زۆر شارەزای بین بۆ ئەوەی كاتێك ویستمانی بیهێنینەوە خەیالمان پێویست نەكات لە سەرەتاوە دروستی بكەین .

پاش ئەوەی شوێنی مایند پالاسەكەت دیاری كرد ئێستا كاتی ئەوە هاتووە زانیارییەكان بخەینە ناوی , هەموو ئەو پارچانەی ناو مالەكە دیاری بكە كە دەكرێت بۆ ماوەیكی زۆر بەكاری بهێنیت , وەك قەنەفە و تابلۆی دیوار و پەنجەرەی ژوورەكە...

وە دوور بكەوەرەوە لە بەكارهێنانی دوو پارچە یان دوو ژووری لێكچوو بۆ نموونە دوو كورسی لە دوو ژووری جیاوازدا بەكارمەهێنە ئەگەر لە یەك شێوە بوون، ئەمە وا دەكات سەرت لێ بشێوێت .

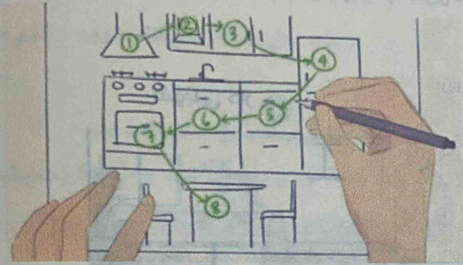
١. شوێنێك هەڵبژێرە كە زۆر ناسراوبێت لە لات

٢. هەموو ژوورێك و پارچەیەك ژمارەیەكی تایبەت بە خۆی بۆ دابنێ .



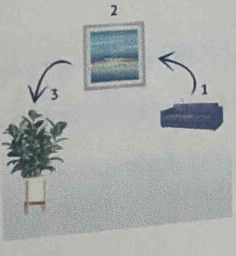
ماڵەكەت

له کاتێکدا زانیارییەکانت زۆر بوو ئەتوانیت پارچەکانی ناو ژوورەکەش بە کار بهێنیت بە مەرجێك تەنها پارچە گەورەکان بێت پاشان ژمارەیان لێبە.



پاش ئەوەی خانوەکەی مێشکت دیاری کرد و ژوورەکانت ژمارە لێدا و پارچەکانی ناو ژوورەکەشت ئامادەکرد ، ئێستا کاتی ئەوەیە ڕێچکەیەکیان بۆ دابنێیت.

هەنگاوی دووەم/ ڕیزبەندییەك دابنێ بۆ پارچەکان و ژوورەکانی ناو مایندپالاسەکەت، بۆئەوەی هەمیشە بە پێی ئەم ڕیزبەندییە بڕۆیت .



بۆ ئەوەی دڵنیاش بیت لەوەی کە بە جوانی ژمارە پارچەکانت لەبەرە، تاقیکردنەوەیەکی خۆت بکە بزانە پارچەی سێهەم لە ژووری دووەم چ شتێك بوو ؟

کاتێك ڕیزبەندی و ڕێچکەیەکی دیاریکراوت دانا بۆ مایند پالاَسەکە و وەك ناوی خۆت لەبەرت بوو ئێستا کاتی ئەوە هاتووە زانیارییەکانی بخەیتە ناو مایند پالاَسەکەت .

تێبینی / هەمیشە لە دەستە ڕاستی ژوورەکانەوە دەست پێ بکە .

هەنگاوی سێهەم/ بریتییە لە دانانی زانیاریەکە ئەمە ئەو بەشەیە کە چاوەڕێتان دەکرد ، بۆ ئەم مەبەستە دەبێت هەموو زانیارییەك بگۆڕین بۆ شێوەی وێنە، لەبەر ئەوەی تەکنیکی مایند پالاَس لەبنەڕەتدا لەسەر ئەم بنەمایە پێکهاتووە کە وێنە تیایدا ڕۆڵی سەرەکی دەبینێت لە وون نەبوونی زانیارییەکان.

وێنەکە بگۆڕە بۆ وێنەیەکی گەورە بە بەکارهێنانی ڕەنگی کراوە و جوڵە ، وە تێکەڵاوکردنی هەستەکانت لەگەڵ بابەتەکەدا.

پاش ئەوەی ئەمەت کرد هەر زانیارییەو بە ڕیزبەندی لە ناوچەکانی مایندپالاَسەکەتدا دادەنێیت .

هەنگاوی چوارەم / بریتییە لە ووتنەوەی زانیارییەکان

پاش هەنگاوی سێهەم ئێستا کاتی ئەوە هاتوو چەند جارێك زانیارییەکان بڵێیتەوە . پاش ڕاهێنان کردن مێشکت بە تەواوەتی بابەتەکە وەردەگرێت و جێگیری دەکات بە جۆرێك لە کاتێکدا بتەوێت زانیارییەکە بهێنیتەوە بیرت پێویستت بە تەکنیکەکان نابێت .



بەشی پراکتیکی

لەبەرکردنی وشە

دەتەوێت ئەم چەند وشەیە لەبەر بکەیت /

- پاڵەوان
- درێل
- کەشتیەکی ئاسمانی
- مۆسیقا

١. بیخەرە بەرچاوت خۆت لەبەردەم دەرگایماڵەکەتدا وەستاویت لەگەڵ پاڵەوانێك لە تەنیشتدا ، لێرەدا تۆ پەیوەندییەکت دروست کرد لەبەینی دەرگای ماڵەکەت لەگەڵ وشەی پاڵەوان .

ئەتوانیت توانای بیرهێنانەوەت زیاد بکەیت بە زیادرکدنی کردنی شتی جیاواز و سەیر بۆ وێنەکە . بۆ نموونە لە جیاتی ئەوەی پاڵەوانەکە لە شوێنی خۆیدا وەستابێت ، بیخە بەرچاوت پاڵەوانێك وەك سپایدەرمان و سوپەرمان دەرگای ماڵەکەت بۆ بکاتەوە یاخود لە دەرگای ماڵەکەت بدات .

٢. پاشان ئەڕۆیتە ژوورەوە و ئەبینی درێلێك لە هۆڵەکەیا کەوتووە . بۆ ئەوەی توانای بیرهێنانەوەت زیاد بکەیت بیخە بەرچاوت درێلێکە لە بە ئیشکراوی لەسەر زەویەکەیە و پێویست ئەکات باز هەڵەیت بەسەریا بۆ ئەوەی زیانت پێنەگات .

٣. لە دواتردا ئەچیتە چێشتخانەکە و کەشتیەکی ئاسمانی بەلاتا تێپەڕ ئەبێت و لە پەنجەرەی مەتبەخەکەوە ئەچێتە دەرەوە .

٤. دوای ئەوەی ئەچیتە ژووری میوانەکەو لەسەر قەنەفەکە دائەنیشیت ئەتەوێت کەمێك پشوو بدەیت یەکسەر گوێت لەو گۆرانییەکی خۆش دەبێت.

لەبەرکردنی ژمارە + ووشە

یەکەم هەنگاو : شوێنێك هەڵبژێرە کە زۆر باش شارەزاییت



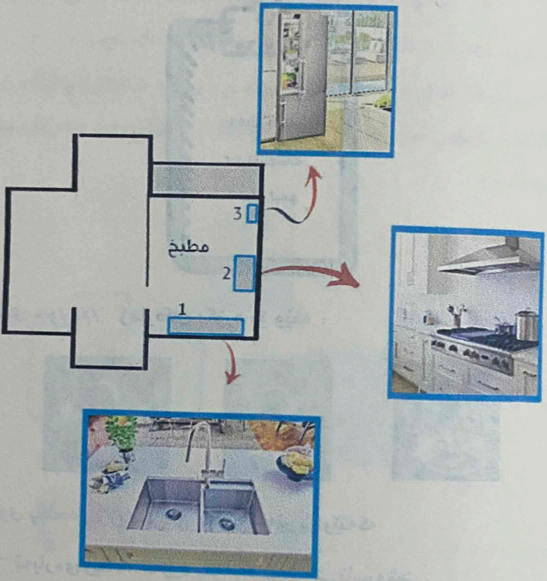
هەنگاوی دووەم : یەك بە یەکی پارچەکانی ناو شوێنەکە دیاری بکە:

١-دەرگای چوونە ژوورەوە

٢ -کەوانتەر

٣- تەباخ

بە ڕێکخراوی ژمارەیان لێ بە بۆ نموونە شوێنی قاپ شتنەکە ژمارەی یەک
وەردەگرێت .



هەنگاوی سێهەم / لیستی کۆمەڵێك شت بهێنە کە ئەتەوێت لەبەری بکەیت ، بۆ نموونە بابڵێین ئەمڕۆ کۆمەڵێك سەوزەت پێویستە بیکڕیت وەك :



هەنگاوی چوارەم/ ژمارەکان بگۆڕە بۆ وێنە :



هەنگاوی پێنجەم / زیادکردنی بابەتی سەیر بۆ وێنەکە

١- قەبارەی وێنەکە گەورە بکە بەشێوەیەکی ناسروشتی.

٢- وێنەکە با بجوڵێت .

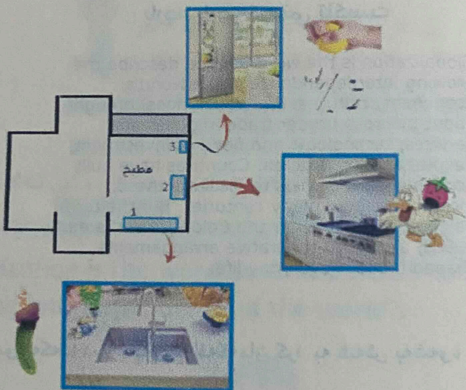
٣- ڕەنگ بەکار بهێنە .

- بیربکەرەوە کە خەیارێکی زۆر گەورە لەسەر شوێنی صنگی قاپ شتنەکەیە و و مۆمێکی لەسەر سەریەتی و ئەتوێتەوە.

- بۆ وێنەی دووەم تەماتەیەك بەسەر قازێكەوەیە و ڕانەكات بەسەر تەباخەكەیا.
- وێنەی سێهەم كابرایەكە لیمۆ ئەگوشێ بەسەر دارێكی گۆڵفا .

هەنگاوی شەشەم / لكاندنی وێنەكان بە مایند پالأسەكەتەوە

یەكەم بابەت كەویستمان بیكرین بریتیی بوو لە خەیارو یەكەم شوێنی ماڵەكەت بریتیی بوو صنگی قاپ شتنەكە.(بەستنەوەی هەر دوو وێنەكە بەیەكەوە)



لەبەرکردنی تێکستی دوور و درێژ

Globalization is the word used to describe the growing interdependence of the world's economies, cultures, and populations, brought about by cross-border trade in goods and services, technology, and flows of investment, people, and information. Countries have built economic partnerships to facilitate these movements over many centuries. But the term gained popularity after the Cold War in the early 1990s, as these cooperative arrangements shaped modern everyday life.

هەنگاوی یەکەم

پارچە پارچە کردنی تێکست

1 Globalization is the word used to describe the growing interdependence of the world's
2 economies, cultures, and populations, brought about by cross-border trade
3 in goods and services, technology, and flows of investment, people, and information.
4 Countries have built economic partnerships to facilitate these movements over many centuries.
5 But the term gained popularity after the Cold War in the early 1990s,
6 as these cooperative arrangements shaped modern everyday life.

وەک لە نموونەکەدا دیارە پەرەگرافەکەمان کرد بە شەش بەشەوە .

هەنگاوی دووەم / دانانی کارەکتەر بۆ هەر ڕستەیەک :

ئەم تەکنیکەیان زۆر بەچێژە و تەنها لەم کتێبەدا دەستدەکەوێت .

تەکنیکەکە بریتییە لەوەی بۆ هەر ڕستەیەک کارەکتەرێک دابنێیت ، واتە کەسێکی نزیک خۆت یاخود کەسێکی ناسراو لەلات.

بۆ ئەم نموونەیە چەند کەسێکی ناسراو دابنێ:


بۆ بەشی یەکەم (خاڵت) دابنێ.


بۆ بەشی دووەم (مامت) دابنێ.


بۆ بەشی سێیەم (پورت) دابنێ.


بۆ بەشی چوارەم (ئامۆزایەکت) دابنێ.


بۆ بەشی پێنجەم (خوشکەکەت یان براکەت) دابنێ.

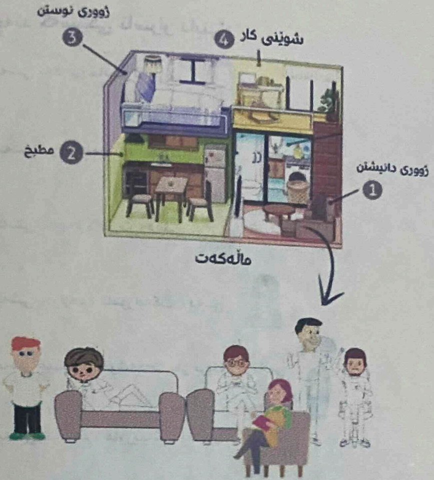

بۆ بەشی شەشەم (هاوڕێیەکت) دابنێ.

ئێستا ئەم شەش کەسە هەر یەکێکیان بەشەکەی خۆی باس ئەکات لە ناو مێشکدا ، بۆ نموونە خاڵت بخەرە بەرچاوت دێڕی یەکەمت بۆ بخوێنێتەوە:

Globalization is the word used to describe the growing interdependence of the world's



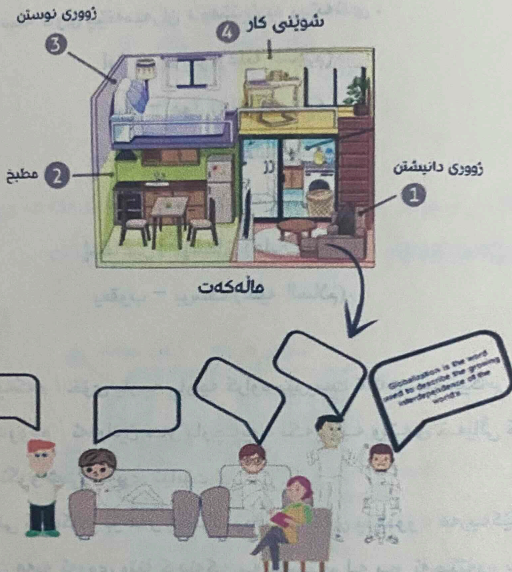
دوای ئەو مامت دێڕی دووەم دەخوێنێتەوە و تا کۆتا دێڕی شەشەم کە هاوڕێکەتە)



هەنگاوی سێهەم / کە بە باشی پەرەگرافەکەت خستە مێشکتەوە ، پاشان ئەم شەش کەسە بخەرە پاڵ یەك لە ژوورێکی مایند پالاسەکەدا بۆ نموونە هەموویان بخەرە ژووری دانیشتنەوەکەتانەوە.

وە با لە خەیاڵتا هەموویان بە ڕیز لەسەر قەنەفەکە دانیشتبێتن و هەریەکێکیان بە جیا ئەو بەشەی کە بۆیدانراوە بۆ تۆی بخوێنێتەوە، و تۆش بە ڕیزبەندی هەرجارە و گوێ لە یەکێکیان دەگریت .

وە بۆ ئاگاداریت نابێت کەسێك لە چەند شوێنێکی جیاوازدا بەکاربهێنیت.


ژووری نوستن
3
شوێنی کار
4
مطبخ
2
ژووری دانیشتن
1
ماڵەکەت
Globalization is the word used to describe the growing interdependence of the world's

لەبەرکردنی ناو بە پێی ڕیزبەندی

بۆ ئەم مەبەستە ناوی پێغەمبەران دەهێنین بە ڕیزبەندی .

آدم – إدريس (عليه السلام).

نوح – هود (عليه السلام).

صالح – إبراهيم (عليه السلام).

لوط– شعيب (عليه السلام)

إسماعيل – إسحاق (عليه السلام).

يعقوب – يوسف (عليه السلام).

هەنگاوی یەکەم / خۆی پارچە پارچە کراوە پێویست ناکات ئێمە بیکەین .

هەنگاوی دووەم / ئەتوانین هەر پارچەیەك بکەین بە وێنەی خەیاڵی کە (جوولە و ڕەنگ و شتی سەیری تیابێت)

یاخود دانانی کارەکتەر بۆ هەر بەشێك وەك نموونەی پێشوو ، هەریەکێکیان باشی خۆیان هەیە ئەوەی وێنا کردنەکە بە ئەستەم لە بیر ئەچێتەوە بەڵام کەمێك خاوە ، ئەوەی دانانی کارەکتەرەکە خێرایەو ئاسان لەبەر ئەکرێت .

ئێمە جۆری دووەم بەکار ئەهێنین چونکە خێرا ترە :

بۆ ئەمەیان شەش کارەکتەر هەڵبژێرە کە لای تۆ ناسراو بێت (خێزانەکەت ، هاوڕێکانت ، مامۆستاکانت ، هاوڕێی کارەکەت ، هتد....) ٦ کەسی ناسراو بێنە بۆ هەر شەش پارچەکە :



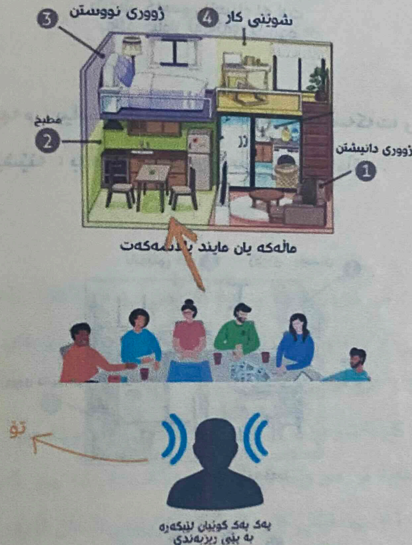
شەش کەسی ناسراو لە لات
بەڵام جیاواز لەوانەی پێشوو

مەنگاوی سێهەم / بیانخەرە ژوورێکەوە لە مایند پالاسەکەت، و بە ڕیز لە شوێنێکا دایانیشێنە ، با هەر کارەکتەرێك دوو ناوت پێ بڵێت .





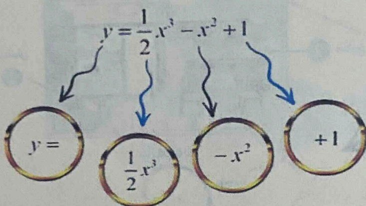
هەنگاوی چوارەم / خۆت یەک بە یەک گوێیان لێ بگرە با بەشەکەیان بخوێننەوە.



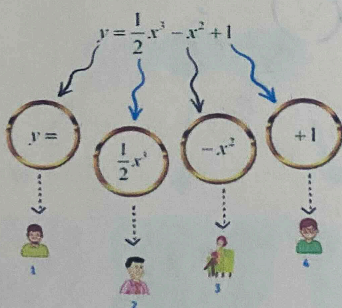
لەبەرکردنی هاوکێشە

$$y = \frac{1}{2}x^3 - x^2 + 1$$

هەنگاوی یەکەم / پارچە پارچەی بکە

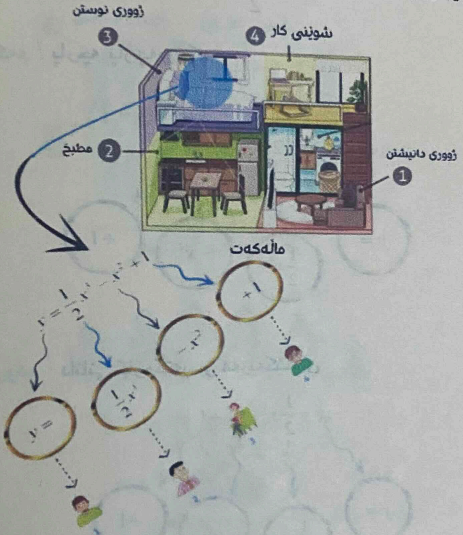


هەنگاوی دووەم / دانانی کارەکتەر بۆ هەریەکێکیان



تێبینی / ئەگەره بابەتەکە جیاواز بوو ئەکرێت کەسەکانی پێشوو دابنێیتەوە .

هەنگاوی سێهەم / دانانی لە ناو ماینەد پاڵاسەکەت (ژووری ژمارە سێمان بەکارهێناوە) .



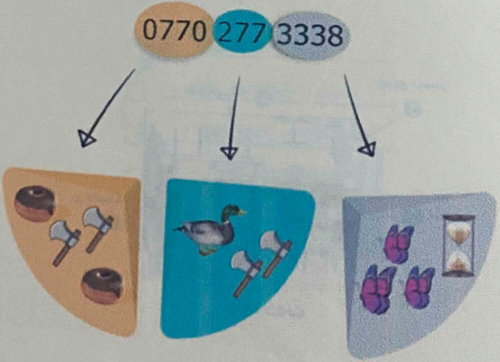
لەبەرکردنی ژمارەی موبایل

0770 277 3338

هەنگاوی یەکەم / پارچە پارچەی بکە

0770 277 3338

هەنگاوی دووەم / دانانی وێنە



هەنگاوی سێیەم / لێکدانی ئەو وێنانە لە ناو مێشکدا و زیادکردنی (جووڵە ، گەورە کردنی وێنە ، زیادرکردنی شتی سەیر) بۆ وێنەکان .

بۆ نموونە :

- بۆ بەشی یەکەم بیخە بەرچاوت کەسێك دوو پاچی بەدەستەوە گرتووە و دەیکێشێت بە دوو کێکی لۆنەتی قاوەیی و پارچە پارچەی دەکات.
- بۆ بەشی دووەم بیخە بەرچاوت قازێك باز بەسەر دوو پاچدا دەدات .
- بۆ بەشی سێهەم بیخە بەرچاوت سێ پەپولە پاڵ بە کاتژمێرێکی شوشەی گەورەوە دەنێن .

هەنگاوی چوارەم / دانانی لە ژوورێکی مایند پاڵاسەکەت



مالەکەت

لەبەرکردنی ووتار

تاکو ئێستا بەسەرت هاتووە چوویتە بەردەم کۆمەڵێک کەس بۆ ئەوەی قسەیان بۆ بکەیت و قسەکەت لە بیرچووبێتەوە ،لەم نموونەیە باس لەوەدەکەین چۆن ووتار و بابەتەکانت بە ئاسانی لەبەربکەیت .

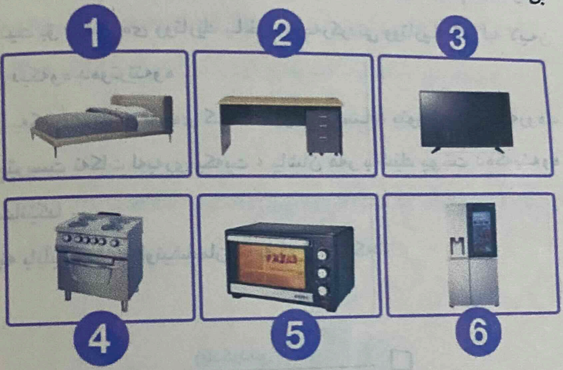
ئەم پرۆسەیە پێکهاتووە لە پێنج هەنگاو جا ئەکرێت ئەم هەنگاوانە بەکاربهێنیت بۆ ووتنەوەی ووتارێک یاخود لەبەرکردنی ووتارێک کە لە لایەن کەسێکی دیکەوە دەوترێتەوە .

هەنگاوی یەکەم/ بریتییە لەوەی کە هەموو ئەو قسانە بنووسیتەوە هەروەک ئەوەی پێویست نەکات لەبەری بکەیت ، پاشان هەر بەشێک پوخت دەکەینەوە لە ناونیشانێکدا .

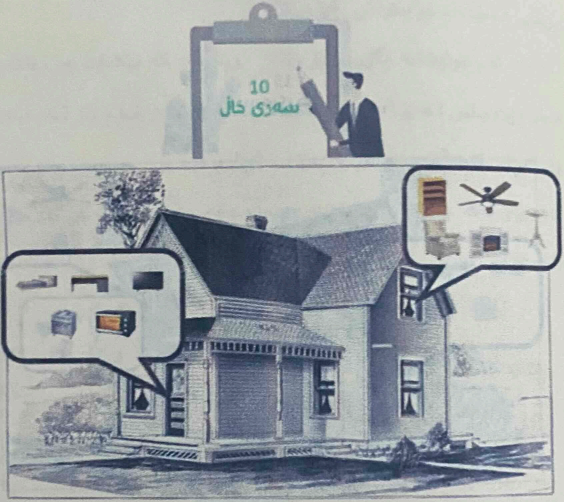
بۆ نموونە بابڵێین پێنج ناونیشانمان هەیە لە ووتارەکەدا

- ☐ زیادکردنی داهات
- ☐ باشتر بەڕێوەبردنی کات
- ☐ باشتر کردنی پەیوەندییەکان
- ☐ ئامانج دانان
- ☐ کاری بە کۆمەڵ

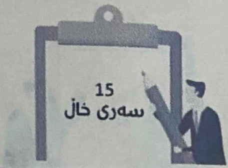
هەنگاوی دووەم/ بریتییە لە بەکارهێنانی مایند پالاس کە ئەو شوێنەیە بابەتەکانی تێدا هەڵدەگرێت بۆ ئەم مەبەستەش وا بیخە بەرچاوت لەبەردەم دەرگای یەکێك لە ژوورەکانی ماڵەکەتدایت و هەوڵ بدە ٥ پارچەی ناو ژوورەکە ژمارە لێ بدەیت لە ڕاستەوە بۆ چەپ و پارچەکانی ژوورەکە ئەکرێت ئەمانە بن.

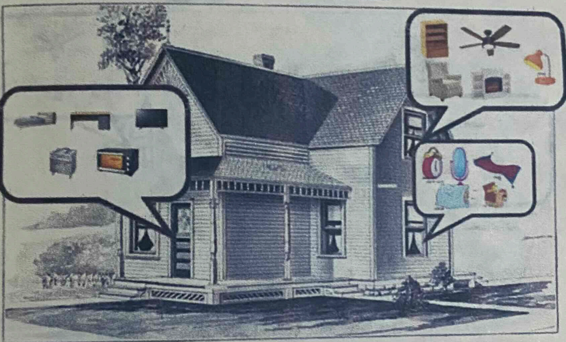


ئەگەر هاتوو ١٠ ناونیشانت هەبوو ئەوا پێویست دەکات بڕۆیتە ژوورێکی تر و پێنج پارچەی زیاتر دیاری بکەیت



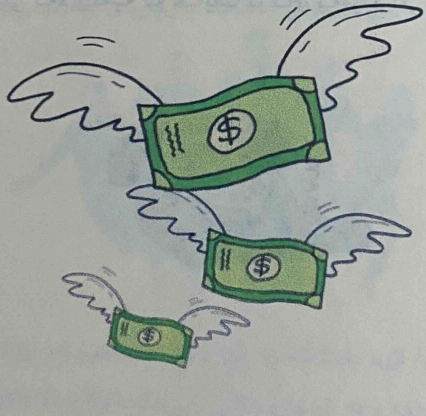
وە ئەگەر هاتوو ١٥ ناونیشانت هەبوو لەبەری بکەیت ئەوا ئەچیتە ژووری سێهەم و ٥ پارچەی زیاتر دیاری دەکەیت





هەنگاوی سێهەم /بریتییە لە دروستکردنی وێنەی هزری بۆ ئەو ٥ ناونیشانەی کە نووسیوتەوە ، بابڵێین یەکەم بابەت کە ئەتەوێت قسەی لەسەر بکەیت بریتیی دەبێت لە زیادکردنی داهات.

دەبێت ئەم ناونیشانە بگۆڕیت بۆ وێنە ، وێنەیەك کە مێشکت بیر بخاتەوە کە دەتەوێت باس لە زیادرکردنی داهات بکەیت ، من خۆم بۆ ئەم مەبەستە ڕاستەوخۆ کۆمەڵێك پارە ی زۆر دێتە بەرچاوم ،وە بۆ ئەوەی وێنەکە جوڵەی تێدا بێت ، دەیخەمە بەرچاوم پارەیەکی زۆر بفڕن بە ئاسماندا .



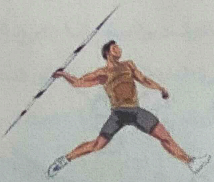
وە ناونیشانی دووەمیان بریتیی بوو لە توانای بەڕێوبردنی کات ، بۆ ئەم مەبەستە ئەبێت بیر لە وێنەیەك بکەیتەوە کە بەڕێوەبردنی کاتت بیر بخاتەوە.
بەندە بۆ ئەم مەبەستە کاتژمێرێکی گەورەی کۆنی دێتە بەرچاو



وە بابەتی سێهەممان بریتیی بوو لە توانای بەهێز کردنی پەیوەندییەکان ، بۆ ئەم مەبەستە ئەتوانیت وێنەی ئامێرێکی پەیوەندیی کردن بهێنیتە پێش چاوت کە بە بینینی ئەم وێنەیە لە خەیاڵتا توانای بەهێزکردنی پەیوەندییەکانت بیربخاتەوە .



وە بابەتی چوارەمیان بریتیی بوو لە چۆنێتی پێکانی ئامانجەکانت بۆ ئەم مەبەستە ئەتوانین وێنای کەسێك بکەین ڕمێك بەرەو ڕووی ئامانجەکەی هەڵبات بەمەش ڕاستەوخۆ دانانی ئامانجەکانمان بیردەکەوێتەوە



وە بۆ بابەتی کۆتامان بریتی بوو لە چۆنێتی کارکردن بە کۆمەڵ بۆ ئەم مەبەستە وێنەی تیمێکی دووگۆڵی دەخەینە بەرچاومان وەك تیمی بەرسەلۆنە.



هەنگاوی چوارەم/ لێرە بابەتەکە بە چێژ دەبێت ، هەموو ئەو وێنانە ئەهێنیت کە ئامادەمان کردووە و بە ناو پارچەکانی ژوورەکەدا بلاّویدەکەینەوە هەروەك ووتمان ئەگەر ١٠ ناونیشان هەبوو بۆ لەبەرکردن ١٠ پارچەت پێویستە لە

ماڵەکەتدا ، گریمان ئێمە پێنج بابەتمان هەیە ، و یەکەم بابەتمان بریتیی بوو لە زیادکردنی داهات و وێنەی پارەیەکمان دانا ئێستا ئەیخەینە سەر یەکەم پارچە

با بڵێین یەکەم پارچە دۆشەکێکی خەوتنە.

بیخە بەرچاوت کە پارەیەکی زۆر لە ناو ئەو دۆشەکەوە دەفرێت بە ئاسماندا .



وە دووەم بابەتمان بریتی بوو لە توانای بەڕێوەبردنی کات و وێنەی کاتژمێرێکی کۆنمان دانا ، وە با وا دابنێین دووەم پارچەی ژوورەکەمان مێزێکە ، بیخە بەرچاوت کاتژمێرێکی گەورە لەسەر ئەو مێزەیە و جەرەس لێ ئەدات .



وە خاڵی سێهەمیشمان بریتیی بوو لە بەهێزکردنی پەیوەندییەکان و وێنەی ئامێرێکی پەیوەندی کۆنمان دانا ، وە با بڵێین پارچەی سێهەمی ماڵەکەت بریتییە لە تەلەفزیۆنێك ، ئێستا پێویست دەکات کە ئەو دوو وێنەیە ببەستیتەوە بە یەکەوە بۆ ئەوەی بیرت بخاتەوە کە باسی بەهێزکردنی پەیوەندییەکان دەکەیت ، دەکرێت وا بیخەیتە بەرچاوت کە ئەو ئامێری پەیوەندییە دەڵەرێتەوە لەسەر تەلەفزیۆنەکە ، تاکو شتی شێتانەو گەورە و خەیاڵی بۆ وێنەکە زیاد بکەیت زیاتر وا دەکات بابەتەکەت بیربکەوێتەوە .



بابەتی چوارەممان بریتیی بوو لە دانانی ئامانجەکان و وێنەی کەسێکمان دانا کە ڕمێکی هەڵدەدا بەرەو ئامانجەکەی وە با بڵێین پارچەی چوارەمی ماڵەکەمان بریتییە لە تەباخێك ، بیخە بەرچاوت ٣ کەس ڕمەکانیان ئاگر پێوەناوەو هەڵی ئەدەن بەمەش بیرتدەکەوێتەوە کە دەبێت باس لە دانانی ئامانجەکان بکەیت .



وە بابەتی پێنجەممان بریتیی بوو لە کارکردن بە کۆمەڵ وە وێنەی تیمی بەرسەلۆنەمان دانا ، بابڵێین پارچەی پێنجەمی ماڵەکەمان بریتییە لە فڕنێک ، بیخە بەرچاوت تیمی بەرسەلۆنە لەسەر ئەو فڕنە ڕاهێنان دەکەن . بەمەش دەزانین کە ئەمە بابەتی پێنجەمە لە ووتارەکەتدا و دەبێت باسی کاری بە کۆمەڵ بکەیت .



هەنگاوی پێنجەم بریتییە لە ڕاهێنانکردن / بۆ ئەم مەبەستەش وا بیخەبەرچاوت بە ناو دەرگای ژوورەکەدا ئەچیتە ژوورەوە و لەسەر یەکەم پارچەی ژوورەکە کە برتیی بوو لە سیسەمەکە پارەیەکی زۆر دەبینیت دەفرێت بەمەش بیرت دەکەوێتەوە کە وەك بەڕێوبەری کۆمپانیایەك پێویستە داهاتت زیاد بکەیت و زیاتر بفرۆشیت .

پاشان ئەچیتە لای پارچەی دووەم کە برتییە لە مێزێك و سەعاتێکی گەورە دەبینیت لەسەری و دەنگێکی بەرز دەردەکات بەمەدا دەزانیت کە دەبێت

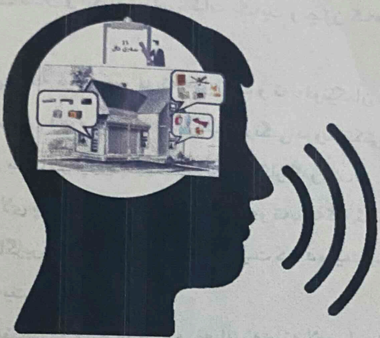
باسی کات ڕێکخستن و بەڕێوەبردنی کات بکەیت و چۆن کەمترین کات بە فیڕۆبەین .

و پارچەی سێهەم کە برتیی بوو لە تەلەفزیۆنێك و تەلەفونێکمان بینی لەسەری ئەلەریەوە بەمەش دەزانین کە باس لە گرنگی دروستکنی بەهێزکردنی پەیوەندییەکان بکەین و چۆن پەیوەندییەکانمان کاریگەر بێت.

وە ئەچیتە لای پارچەی چوارەمی ژوورەکەو تەباخەکە ئەبینی کۆمەڵێك کەس تیرێکی ئاگرین فرێدەدەن بەمەش دەزانیت کە دەبێت باس لە دانانی ئامانجەکان بکەیت .

وە بۆ کۆتایی هێنانن بە ووتارەکەت بە خەیاڵ ئەچیتە لای پارچەی پێنجەم و دەبینیت فرێنێکە و تیمی بەرسەلۆنە ڕاهێنان دەکەن لەسەری بەمەش دەزانیت کە دەبێت باس لە کاری بەکۆمەڵ و یارمەتیدانی یەکتر بکەیت .

وە بەم شێوازە دەتوانیت لە ڕێگەی مایند پالاسەوە ووتارەکەت لەبەر بکەیت ئەگەر هاتوو ناونیشانی زیاترت هەبوو کۆمەڵێ کەل و پەلی ناوماڵی زیاتر بەکاربهێنە وە ئەگەر هاتوو لە ژێر هەر ناونیشانێکدا ویستت کۆمەڵێك وورده‌کاری بابەتەکەت لەبەر بێت دەتوانیت کارەکتەر و کەسایەتی بخەیتە لای هەر پارچەیەکی ژوورەکە ،هەروەك لە هەنگاوەکانی پێشوودا باسکراوە .

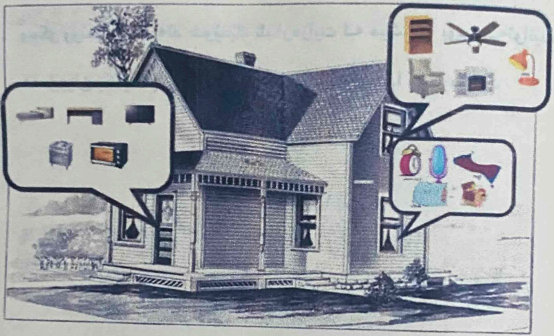


وە ئەتوانیت ئەم ڕێگایە بە پێچەوانەوە بەکاربهێنیت واتە ووتارێکی پێ لەبەر بکەیت بۆ ئەم مەبەستەش هەڵدەست بە نووسینەوەی خاڵە گرنگەکانی ووتارەکە



پاشان بیرۆکەکان بە جیا بکە بە وێنەیەك ودوای ئەوە هەر وێنەیەك لەسەر پارچەیەکی ماڵەکەت دابنێ





بەم شێوازە دەتوانی ووتەکانیان بەم پڕۆسانەدا تێپەڕێنیت و بە ئاسانی لە مێشکتدا لەبەری بکەیت وە بە چەند جارێك ڕاهێنان کردن دەتوانیت بەم تەکنیکە کاری گەورە ئەنجام بدەیت .

تێبینی /

١- هەمان ماڵ ئەتوانیت بەکار بهێنیتەوە بۆ بابەتێکی تر بە مەرجێك لەیەك نەچن بابەتەکان .

٢- هەتاوەکو شوێنەکەی مێشکت واتە (مایند پالآسەکەت) فراوان بێت خێراتر زانییەرییەکە ئەچێتە مێشکتەوە

٣- هەوڵبە پارچەی بچووك بەكار مەهێنە تەنها پارچە گەورەكان وەك (سەلاجە- قەنەفە - مێزی نان خواردن ، تەباخ ، مێزی تەلەفزیۆن).

٤- ئەگەر زانیارییەكان زۆربوون لە ناو یەك مایند پالأسدا جێی نەبووەوە، چارەسەر ئەوەیە زیاتر لە یەك مایند پالأس دروست بكەیت وەكو ووتمان تۆ چەند شوێنێك شارەزایت لە مێشكدا بۆیە ئەتوانیت هەموویان بكەیت بە مایند پالأسێك و زانیاری تێدا كۆگا بكەیت .

چەند تەکنیکێکی تر

لەبەرکردنی ووشە بە ووشە

بۆ ئەو کەسانەی ئەیانەوێت ووشە بە ووشەی بابەتێك لەبەر بکەن ئێستا ئاشنات دەکەین بە تەکنیکێك کە زۆر لە ئەکتەرەکان بەکاری دەهێنن بۆ لەبەرکردنی بابەتەکانیان ، رێگەکە بەم شێوازەیە :

هەنگاوی یەکەم سەرەتا بابەتەکە چەند جارێك ئەخوێنینەوە

A mind palace (also known as a memory palace) is basically a structure you build in your imagination.

هەنگاوی دووەم حەرفی سەرەتای هەر ووشەیەك دەنووسیت لە سەر کاغەزێك و ئەگەر ووشەکە بە زمانی ئینگلیزی بوو دەبێت کەپیتەڵ و سمۆڵی یەکەم حەرفی ووشەکان وەك خۆی بنوسیتەوە

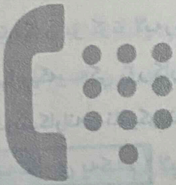
A mind palace (also known as a memory palace) is basically a structure you build in your imagination

A m p a k (a m a p) i b a s y b i y i

هەنگاوی سێیەم هەوڵ دەدەیت بە سەیرکردنی حەرفەکان ووشەکانت بیربکەوێتەوە

هەنگاوی چوارەم پاشان بە بێ سەیرکردن هەوڵ دەدەیت ووشەکان بڵێیەتەوە.

دابەشکاری chunking



لاپەڕەکە دابەش بکە بەسەر چەند پەرەگرافێکدا ، ئەم ڕێگەیە پێی دەڵێن chunking یارمەتیت دەدات زانیارییەکان خێراتر لەبەر بکەیت. هەر لەبەر ئەمەیە کاتێک ژمارەی مۆبایل دەنووسرێت دابەش دەکرێت بەسەر سێ بەشدا.

کام جۆر لەم نووسینانەی خوارەوە ئاسانتر لەبەردەکرێن؟

پێش تەکنیکی chunking /

120745890151

دوای chunking ی یەکەم /

120 - 745 - 890 - 151

دوای chunking ی دووەم /

12/ 07 / 45 – 89 / 01 / 51

وەک دەبینین بە جیاکردنەوە ، زانیارییەکان جار بە جار ئاسانتر دەبێت بۆ لێتێگەیشتن .

چۆن وەك ئیسفنجێك بابەتەكە هەڵبمژیت ؟

زۆربەی خەڵك كاتێك ئەیانەوێت كتێبێك بخوێننەوە ، لە یەكەم لاپەڕەوە دەست پێدەكەن بۆ كۆتا لاپەڕە هەروەك ئەوەی ڕۆمانێك بخوێننەوە ، لەجیاتی ئەمە با ڕێگەیەكی زۆر كاریگەرتر و خێراتر فێربین و بەتایبەتەی بۆ ئەو خوێندكارانەی تاقیكردنەوەكانیان لە ماوەیەكی كەمدا دەست پێ دەكات :

هەنگاوی یەكەم / لاپەڕە بە لاپەڕەی كتێبەكە هەڵبەرەوە بۆ مەبەستی چاوپیاخشاندن تاكو بیرۆكەیەكت هەبێت لەسەر رووكەشی كتێبەكە تەنها سەیری (وێنەكان –شێوازی ڕێكخستنی لاپەڕەكان) بكە.

هەنگاوی دووەم / لە كۆتایی بەشەكانی كتێبەكە یان مەلزەمەكەدا بگەڕێ بە دوای پرسیارەكان نووسەرەكە كە بۆ خوێنەر دایناوە .

بۆچی گرنگە سەرەتا سەیری پرسیارەكانی كۆتایی بەشەكان بكەیت پێش ئەوەی چاپتەرەكە بخوێنیتەوە ؟

بۆ ئەوەی بۆت دەربخات كە ئەم نووسەرە چی بەلاوە گرنگ بووە خوێنەر لێی تێ بگات .. هەر بۆیە لە كۆتایی بەشەكانی كتێبەكەدا كرتویەتی بە پرسیار كە ئەمەش ڕێگەیەكی بەسوودە تاكو خوێنەر تەركیزی بلاونەبێتەوە بەسەر شتە لاوەكییەكاندا ..

لە هەنگاوی سێهەمدا/ ئەگەڕێینەوە بۆ سەرەتای بەشەكە و تەنها ناونیشانی بابەتەكان ئەخوێنینەوە ..

ئایا لە ناونیشانەكاندا چی دەنوسرێت ؟ ناونیشانی كتێبەكان جێگەی ئەو زانیارییانەن كە چاو پێویست دەكات بە ڕوونی بیبینێت ، ناونیشانەكان پێكهاتووە لە كورتەی پەرگرافەكە .

هەنگاوی چوارەم/ یەکەم دێڕ و کۆتا دێڕی پەرەگرافەکە بخوێنەرەوە ، ئەگەر مەلزەمەکە یاخود کتێبەکە لە لایەن نووسەرێکی شارەزاوە نووسرابێت ئەوا یەکەم دێڕی هەر پەرەگرافێك باس لە دێڕەکانی دواتری پەرەگرافەکە دەکات و کۆتا دێڕی پەرەگرافەکە کورتەیەکت دەداتێ لەسەر زانیارییەکانی هەموو پەرەگرافەکە .

بەم چوار خاڵەی پێشوو تەنها ویستمان بیرۆکەیەکمان لەسەر زانیارییەکان نەك لەوەی بە تەواوەتی لێی تێبگەین .

ئێستا خاڵەکانت لە ناو مێشکتدا ئامادەکردووە تەنها ئەوە ماوە خاڵەکان بگەیەنیت بەیەك . ئێستا مێشکت ئامادەیە بۆ ئەوەی بابەتەکە بە تەواوەتی وەریگرێت ..

لەکاتی خوێندنەوەی هەر بابەتێك سەرەتا ناونیشانەکانی بابەتەکە لەبەر بکە و

دووریە لەم هەڵەیە



بەواتای ئەوەی کە نابێت سەرەتا بچیتە هیچ وردەکارییەکەوە تاکو بە تەواوەتی ناونیشانی کتێبەکە یاخود ڕووکەشی بابەتەکە کۆنترۆڵ دەکەیت ، سەرەتا بە خێرایی بە گشتی سەیرێکی بابەتەکان بکە ، ناونیشانەکان لەبەر

بکە ، خاڵ گرنگەکان دیاری بکە ، پاشان بە ڕیزبەندی لە زانیارییە گرنگەکانەوە بڕۆ بەرەو وردەکاری بابەتەکە.

تەکنیکەکانی لەبەرکردن وەک تەختەو چیمەنتۆ وایە



تەختەکە بریتییە لە تەکنیکەکە و زانیارییەکانیش بریتیین لە چیمەنتۆکە.لەگەڵ ووشک بوونەوەی چیمەنتۆکە تەختەکە لێ دەکەینەوە و فڕێی دەدەین. واتە لەگەڵ جێگیر بوونی زانیارییەکە لە مێشکماندا ، پێویستمان بە تەکنیکەکان نامێنێت و بەشێوەیەکی خۆکارانە زانیارییەکان دێتەوە بیرمان .

ئەو سەرچاوانەی سوودی لێ وەرگیراوە

1- Unlock your amazing memory the fun guide that shows grades 5 to 8 how to remember better and make school easier (zupp, brad)
2- The magical #7: how to memorize like a pro –goal guys
3- امين صبري
4- Ron white memory expert
5- Mind palace (simple guide) - 5 steps to remember things with a memory palace
6- Memorization | memory palace and mnemonics | how to actually use them
7- How to memorize lines fast *with real-time demonstration
8- How to memorize fast and easily / mind palace: build a memory palace, ron white